全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

投资大师操盘术系列

LICHADE DANNISI CAOPANSHU

理查德·丹尼斯操盘术

简单系统 忠实遵循 严格执行 传奇交易

股市有风险 入市需谨慎

赵信 著



经济管理出版社
ECONOMY & MANAGEMENT PUBLISHING HOUSE

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

投资大师操盘术系列

LICHADE DANNISI CAOPANSHU

理查德·丹尼斯操盘术

简单系统 忠实遵循 严格执行 传奇交易

赵信 著

股市有风险 入市需谨慎



经济管理出版社

ECONOMY & MANAGEMENT PUBLISHING HOUSE

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

图书在版编目（CIP）数据

理查德·丹尼斯操盘术/赵信著. —北京：经济管理出版社，2015.8
ISBN 978-7-5096-3840-8

Ⅰ. ①理… Ⅱ. ①赵… Ⅲ. ①期货交易—基本知识 Ⅳ. ①F731.35

中国版本图书馆 CIP 数据核字（2015）第 145183 号

组稿编辑：勇 生
责任编辑：勇 生 王 聪
责任印制：司东翔
责任校对：车立佳

出版发行：经济管理出版社
（北京市海淀区北蜂窝 8 号中雅大厦 A 座 11 层 100038）
网 址：www. E-mp. com. cn
电 话：(010) 51915602
印 刷：三河市延风印装有限公司
经 销：新华书店
开 本：720mm × 1000mm/16
印 张：10.25
字 数：138 千字
版 次：2015 年 10 月第 1 版 2015 年 10 月第 1 次印刷
书 号：ISBN 978-7-5096-3840-8
定 价：38.00 元

·版权所有 翻印必究·
凡购本社图书，如有印装错误，由本社读者服务部负责调换。
联系地址：北京阜外月坛北小街 2 号
电话：(010) 68022974 邮编：100836

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

前 言

期货交易在美国已经有了150多年的历史，这一时期里就出现三位传奇般的英雄人物，其中就有理查德·丹尼斯，另外两位传奇人物是江恩和索罗斯。

理查德·丹尼斯（Richard Dennis）是具有传奇色彩的期货交易大师，是交易系统大师，曾为德崇证券投资银行操作基金。

理查德·丹尼斯出生于20世纪50年代美国芝加哥地区。他没有有钱的父母，也没有有势力的朋友，没有任何优势。他并不是含着金钥匙出生的，也没有社会关系。

在17岁那年，理查德·丹尼斯找到了一份工作，在芝加哥商业交易所跑单，工资是每小时1.6美元。理查德·丹尼斯早就想做期货交易了，然而在场内做交易的年龄限制是21岁以上。他想出了一个办法，他劝说他的父亲去帮他做交易。他的父亲是芝加哥政府的蓝领工人，理查德·丹尼斯在旁边打手势，父亲代他做交易。

理查德·丹尼斯在这两年里赚了一些钱，接着到迪保罗大学上学。从迪保罗大学毕业之后，他又到杜兰大学去读研究生，然而他迅速退学，之后他回到芝加哥开始做全职期货交易。他从父母和亲朋好友处借来1600美元，然而由于资金不足，只能在合约量较小的芝加哥花1200美元买了一个“美中交易所”的席位，剩下的资金只有400美元，这是他的起始交易资金。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



1973 年，理查德·丹尼斯刚满 24 岁，他已经赚了 10 万美元。当时他向芝加哥报纸宣称："我希望每天早上能起来对自己说，'我一年赚了 10 万美元，我还认为我是笨蛋。'这种修辞手法不太像自我激励，但我的确用它来激励我自己。"

1974 年，理查德·丹尼斯做大豆赚了 50 万美元。到年底时，他已经成了百万富翁。

1976 年，理查德·丹尼斯已经拥有了几百万美元，每周的交易收入已经达到 10 万美元左右。随着他的声名远扬，美国很多有名的报纸，比如《纽约时报》、《芝加哥论坛报》以及《巴伦周刊》都在宣扬他的年轻及其成功故事。

1978 年，理查德·丹尼斯决定离开交易所现场，在办公室做单。由于几年之前，期货市场还很单一，主要是商品期货。到 20 世纪 70 年代末，外汇以及证券等期货市场已经逐步成熟。为了从更多的市场获利，理查德·丹尼斯决定离开交易所现场，到场外做单。

1980 年，理查德·丹尼斯从中美交易所转到芝加哥交易所，中美交易所和芝加哥交易所的位置相差几个街区。他觉得中美交易所规模小，他需要更大的场所。芝加哥交易所是全世界最大的期货交易所，他早就想好了如何打败芝加哥交易所的高手。理查德·丹尼斯到了芝加哥交易所，结果大获全胜。

1983 年，他管理的资产达到了 2500 万美元，个人账户已经达到 2 亿多美元。

20 世纪 80 年代，理查德·丹尼斯成为期货市场叱咤风云的人物，下单入场经常能够带动市势。他的业绩继续提高，平均每年都从市场赚取 5000 万美元以上的利润。1986 年对他来说是重要的一年。他赚了 8000 万美元（相当于现在赚了 1 亿多美元）。然而 1987 年股灾中，理查德·丹尼斯遭受重挫，其旗下基金损失近半，个人账户也遭

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



受败绩。

1988 年，理查德·丹尼斯淡出交易场，留下一座传奇丰碑。然而在 1995 年他延续成功者的格言："从哪里跌倒就从哪里爬起来。"他又重新返回市场。

到 1998 年，他的年收益达到 63%。1995 年回报为 108.9%、1996 年回报为 112.7%。

理查德·丹尼斯还是"海龟派"的创始人，海龟是什么意思？海龟只是理查德·丹尼斯给学生们起的绰号。理查德·丹尼斯在新加坡参观一家水产养殖场时发现该场繁殖乌龟很有一套，大量的海龟刺激了他，回来之后，他称他的学生们为"海龟"。他说："我们要像新加坡人养海龟那样培养交易者。"

在 20 世纪 80 年代初，当时被称为芝加哥交易之王的理查德·丹尼斯决定做一个真人实验，理查德·丹尼斯为了找到自己的学生，他采用了全国招聘的方式。理查德·丹尼斯为什么采用大网撒开式招人？这是由于理查德·丹尼斯和他的伙伴威廉·埃克哈特 10 多年的争论。

那时候理查德·丹尼斯与威廉埃克哈特两人在期货交易方面配合得天衣无缝，共同创下美国期货史上少有的佳绩，然而他们在人生哲学方面却有相当大的差异。理查德·丹尼斯高中毕业之后一直从事期货交易，是在实践中杀出来的。威廉·埃克哈特却是饱浸文墨，他们经常争执不休的问题是："究竟一个成功的交易员是天生的还是培训出来的？"理查德·丹尼斯认为是能够培养的，威廉·埃克哈特则认为更多的是靠天赋，两人谁也说服不了谁，干脆打赌验证。为此，他们 1983 年年底与 1984 年年初在《华尔街日报》上登寻人广告，寻找一些愿意接受训练而成为期货交易者的人。其工作条件是：交易者必须搬到芝加哥，接受微薄的底薪，假定交易赚钱能够获得 20%的分红。慕名而来的应聘者有上千人，他们从中挑选了 80 人到芝加哥面试，最后选定 23 人

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



进行这项培训计划，这23人的背景、学识、爱好、性格各不一样，具有广泛的代表性。

理查德·丹尼斯花了两周时间培训，毫无保留地教会他们如何交易债券、外汇、玉米、原油、股票等。

该课程结束之后，理查德·丹尼斯给每人一个10万美元的账户进行实战练习。这些“海龟”还真争气，在4年的训练课程中，23名学生有3人退出，很多学生在4年内每年都取得了100%甚至更多的利润。这个实验结束之后，理查德·丹尼斯的2个学生杰瑞·帕克和保罗·拉巴在2007年管理的资金超过了30亿美元。

理查德·丹尼斯的海龟实验证明：在不考虑其他因素的条件下，海龟学员们可以学会如何在交易中获得巨额的回报。

理查德·丹尼斯最成功的第一代海龟杰瑞·帕克说：“我用理查德·丹尼斯的系统取得了巨大的成功，这个最重要的经历让我可以使用好技术方法。”

此后，理查德·丹尼斯先后又举办两期海龟培训班，后来这些第二代和第三代海龟大多数都在交易中获得很好的业绩。特别是第二代海龟的出现是整个海龟传奇中最重要的一部分，这些后来者通过学习理查德·丹尼斯交易法则，成功地创办了自己的公司，并创下了比第一代海龟更骄人的业绩。

除了海龟的成功，还有成千上万的人因为获得了理查德·丹尼斯的知识而取得了很大的成就，他们也感激理查德·丹尼斯。另外，很多人喜欢把理查德·丹尼斯当作目标，像华尔街期货交易高手布鲁斯·科夫勒、路易斯·培根甚至期货交易大师保罗·都铎·琼斯都是如此。

因此，很有必要为大家介绍理查德·丹尼斯的成功秘诀。本书全方位、系统地介绍了理查德·丹尼斯的期货交易理念、交易法则以及成功的交易秘诀。本书共分七章，分别介绍理查德·丹尼斯的交易系统、交

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



易策略、交易规则、技术分析法则、趋势交易法则、风险控制法则以及心理交易学。

欢迎读者朋友加QQ：1627788375探讨、交流。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

目 录

第一章　理查德·丹尼斯的交易系统 …………………………… 001

理查德·丹尼斯说过，对于特征相同的赚钱的交易模式来说，应用机械式系统就是最好的方式。假如你了解自己的系统可以长期赚钱，你便很容易接收信号，而且在亏损期间按系统信号进行操作。假如你在交易过程中依靠自己的判断，你可能会发现刚好应该勇敢的时候你却胆怯，而正好应该胆怯的时候你却勇敢。若你拥有一个能盈利的机械式交易系统，你虔诚地跟随此系统，则你的交易将会获得盈利，而且系统会帮助你安全地摆脱难免会来自于巨大的亏损或是巨额盈利的内心的挣扎。

他认为，期货交易并不需要交易天才，交易系统才是关键，你必须用系统化的思维构建一个完整的交易系统。

理查德·丹尼斯所用的交易系统就是一个完整的交易系统。这是他获得成功的一个主要原因。一个完整的交易系统由五个部分构成：交易品种的选择、交易头寸的设定、入市法则、止损的设置以及离市法则。

一、交易品种的选择 …………………………………… 002
二、交易头寸的设定 …………………………………… 004
三、入市法则 …………………………………………… 009
四、止损的设置 ………………………………………… 013
五、离市法则 …………………………………………… 016

第二章　理查德·丹尼斯的交易策略 …………………………… 019

理查德·丹尼斯说过，你要有交易的策略，知道其原理，并且跟随它。

他认为，在进入市场之前应该有一套交易策略。交易策略与战术比市场和操作的技

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



术层面更为重要。只有良好的交易策略，可以为交易者带来持续、稳定的盈利。

良好的交易策略是成功交易不可或缺的一部分，这种策略在期货投机领域的重要性绝不亚于它在体育竞赛中的重要性。由于成功交易不仅涉及技术方面而且也涉及策略方面的考虑、大多数交易者在其交易的技术方面可以说是不分上下的，而区别赢家和输家的主要依据是看他们是否一贯地、有约束地应用很好的、可行的策略。理查德·丹尼斯的成功交易就在于他能很好地运用这些交易策略。

理查德·丹尼斯的主要交易策略是：用长远的眼光来看待交易，从概率角度来思考问题，衡量市场的波动性，市场过虑法，双向交易策略，买强卖弱交易方法以及逆向思维交易方式等。

一、用长远的眼光来看待交易 …… 020
二、从概率角度来思考问题 …… 022
三、衡量市场的波动性 …… 027
四、采用市场过滤法 …… 032
五、应用双向交易策略 …… 033
六、买强卖弱交易方法 …… 035
七、运用逆向思维交易方式 …… 036

第三章 理查德·丹尼斯的交易规则 …… 039

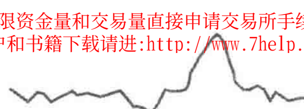
理查德·丹尼斯说，如果是运用已经设计好的交易系统，并不需要太聪明的人，智商不是关键因素："优秀的交易者用尽心思地去开发他们的系统，然而在执行系统时必须傻乎乎地执行。你要运用不同的精神状态。拼命地将系统做好，接着要麻木地执行系统。假如里根总统有一个好系统，他就可以成为伟大的交易者。"

他指出："遵循好的交易规则，不让恐惧、贪婪以及希望干扰你的交易，这是难以做到的。你在逆流而上，而你违背的就是人性。"

他认为，交易成功的核心要素就是规则与执行力。交易者应该遵守规则并在必要的时候行动。如果你犹豫不决，那就会被零和市场所吞噬。

理查德·丹尼斯交易规则能够成功并不在于此方法的精准，而在于该规则在资金管理和交易策略方面的严格、呆板、细致，讲究的并不是如何提高准确率，而是如何频繁犯错但不犯大错误、不因许多小机会的失败而错过大机会，它真正的核心在于交易规则的设立，在相当程度上摒弃了造成其他人在投机交易中不断犯错的人性弱点。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



一、将成功的交易技术简化为一套规则 …………………… 040
二、必须采取科学的交易方法和相同的交易步骤 …………… 043
三、严格遵守纪律是至关重要的 ……………………………… 047
四、不要向下摊平成本 ………………………………………… 049
五、不要去预测市场的动向 …………………………………… 050
六、应该顺势而为 ……………………………………………… 052
七、坚持止损原则 ……………………………………………… 056

第四章　理查德·丹尼斯的技术分析法则 ………………………… 061

理查德·丹尼斯是著名的技术交易者，他分析行情主要以技术分析为主，不是研究基本面的。与基本面分析师不同，他不太关心影响市场的"全局"因素，而是把注意力集中于特定金融工具的市场活动。

理查德·丹尼斯如此说道："实在没有每天去研究《华尔街日报》的理由。技术交易者是需要实战的，交易者不必成为知名的气象学家，不必成为地理政治家，不必成为经济学家，也能够做好交易。"

理查德·丹尼斯通过历史的价格波动或者技术分析来判断期货的价格，而不是运用基本的经济分析。正如他所说："假如投资的方法就是买入并持有，或者听从基本面的分析，那么你会知道结果是什么的。"大多数人无法接受这个逻辑。交易者希望运用合理的、复杂的基本面去赚取大钱。

换句话说，理查德·丹尼斯的交易依据纯粹就是技术分析，实际上它就是"四周规则"的一个变形，称为"非对称的价格轨道线突破"。在每日的日线上，将以前20个交易日中的最高价与最低价分别标出来，然后将它们连接起来，便形成了一个价格轨道。假如价格往上突破上轨道线，就建立多头头寸；如果价格往下突破下轨道线，就建立空头头寸。同时，画出以10个交易日为周期的价格轨道线当作平仓依据：当处于多头部位的时候，价格往下突破10天轨道线的下轨道，就多头平仓；反之亦然，就空头平仓。

一、以技术分析为主，并不看重基本面的分析 ……………… 062
二、至简的交易技术是最重要的 ……………………………… 064
三、使用四周规则来进行交易 ………………………………… 068
四、理查德·丹尼斯的主要技术分析工具 …………………… 074

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



第五章　理查德·丹尼斯的趋势交易法则 …………………………… 081

理查德·丹尼斯是一个典型的趋势跟踪者，他的系统利用大趋势赚了大钱。他认为，由于即使拥有全部的杰出分析师，我们也必须运用趋势跟踪，否则的话就做不好。

理查德·丹尼斯如此说道："趋势跟踪就如同是民主。尽管有的时候看起来不太好，然而它与其他的东西相比较更好。我们确实可以坚持使用买入并持有的方法吗？还不如说是买入并期待着。我们的确要在亏损时加倍买入吗？这个世界非常大，很难去分析。基本面也很大，我们必须积极地、无悔地运用趋势跟踪。控制风险的系统就是在合适的时间进入正确的市场，并且阻止灾难的发生。"

简单来说，理查德·丹尼斯需要趋势才能赚钱。趋势跟踪者总是等着市场波动，接下来他跟踪市场。无论趋势是上升还是下跌，目标则是抓住趋势的绝大多数。其原理在于假如要形成一波有效的趋势行情，则一定会伴随高点或者低点的不断穿越。这种追逐趋势的理念，目前被许多交易者所追捧。

一、趋势跟踪法 ………………………………………………… 082
二、趋势跟踪系统理念的要点 ……………………………………… 085
三、趋势的判断 ………………………………………………… 088
四、趋势的支撑位和阻力位 ………………………………………… 093
五、趋势线的应用 ……………………………………………… 097
六、判断趋势反转的技巧 ………………………………………… 103

第六章　理查德·丹尼斯的风险控制法则 …………………………… 107

理查德·丹尼斯成功的关键之一，跟其他著名交易员成功的关键是相同的，在于他们有能力控制亏损——将它们限制在能够接受的水准之内。

理查德·丹尼斯刚满 20 岁的时候就掌握了这种非凡的能力。他与大多数人不同的是，大多数人靠感觉作出决策，理查德·丹尼斯依靠数学工具来计算风险，并把数学工具作为他的优势。

理查德·丹尼斯在接受媒体采访时说道："首先，我会力争将每笔交易的风险控制在投资组合价值的 1%之下。其次，我会研究每笔交易的相关性，进一步来降低风险。我每天都会作出电脑分析，了解持有部位的相关性。随着经验的积累，我了解到在持有部位相关性方面所犯的错误，可能会造成重大的交易危机。如果你持有 8 项相关性很高的部位，这无异于进行一笔规模与风险是原先 8 倍大的交易。"

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



他指出：控制风险，守住阵地，否则你可能等不到创造成果的那一天。因此，你应该减少损失保存资本，等待能够一展所长的时机，否则无缘无故、不断地赔钱，盈利机会到来时只剩下少量资本很难有大作为。

一、控制风险，守住阵地 …… 108
二、运用概率来管理风险 …… 110
三、衡量风险与回报的方法 …… 113
四、重要的是要控制投资组合的风险 …… 116
五、把握好风险与杠杆的平衡 …… 120
六、风险控制与资金管理 …… 122

第七章 理查德·丹尼斯的心理交易学 …… 125

理查德·丹尼斯说过："我力求避免让自己的情绪受到影响。为了这种事情而感到心神不宁，既不值得，也没有任何帮助。在做交易决策时，应该力求避免掺杂个人的情感在里面。"

他认为，当市场短期下跌的时候，正确的做法就是持仓等待，听凭利润下跌。是否盈利或者盈利多少跟掌握的知识没有任何关系，完全是情绪与心理因素导致的！

他指出，不要像大多数人那样认为，因为在期货市场大多数人是赔钱的。期货市场有一种"市场心理指标"，假如80%的交易者看多，那就表明顶部不远了，行情会下跌；如果80%的交易者看空，那就表明底部不远了，行情会上涨。

理查德·丹尼斯性格与众不同，交易方式也与别人不同，他的交易以心理学作为指导。理查德·丹尼斯的成功并不完全依靠一套电脑程式交易系统，还依靠一整套心理交易学。

所以说，有了交易策略和系统化的交易模式是远远不够的，交易者还必须要有一个平和的心态和坚定的毅力。

一、市场心理指标 …… 126
二、了解自己比认识市场更重要 …… 130
三、正视失败才能走向成功 …… 133
四、面对亏损，应该处之泰然 …… 137

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



五、不要让自己的情绪影响你的交易 …………………………… 140
六、交易最重要的就是信心 ……………………………………… 144

参考文献 …………………………………………………………… 147

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第一章　理查德·丹尼斯的交易系统

理查德·丹尼斯说过，对于特征相同的赚钱的交易模式来说，应用机械式系统就是最好的方式。假如你了解自己的系统可以长期赚钱，你便很容易接收信号，而且在亏损期间按系统信号进行操作。假如你在交易过程中依靠自己的判断，你可能会发现刚好应该勇敢的时候你却胆怯，而正好应该胆怯的时候你却勇敢。若你拥有一个能盈利的机械式交易系统，你虔诚地跟随此系统，则你的交易将会获得盈利，而且系统会帮助你安全地摆脱难免会来自于巨大的亏损或是巨额盈利的内心的挣扎。

他认为，期货交易并不需要交易天才，交易系统才是关键，你必须用系统化的思维构建一个完整的交易系统。

理查德·丹尼斯所用的交易系统就是一个完整的交易系统。这是他获得成功的一个主要原因。一个完整的交易系统由五个部分构成：交易品种的选择、交易头寸的设定、入市法则、止损的设置以及离市法则。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



一、交易品种的选择

如何选择交易对象，是期货交易者通常遇到的问题。在很多期货品种之中，交易者应该选择哪些交易品种来作为交易对象。

理查德·丹尼斯所选择的交易品种是在美国芝加哥与纽约交易所交易的具有流动性的期货。

理查德·丹尼斯用来确定可以进行交易的期货品种的主要标准则是构成市场基础的流动性。

通常情况下，理查德·丹尼斯在除谷物和肉类之外美国所有具有流动性的市场进行交易。

理查德·丹尼斯说："我们在美国人气非常旺的商品交易所交易期货合约。由于我们交易的规模多达数百万美元，因此我们不能在那些每天仅仅可以交易几百张合约的市场交易，那么就会意味着我们发出的指令能引起市场的大幅波动，最终使得我们不承受巨大的损失就无法进出头寸。我们只能在流动性最好的市场进行交易。"

他认为，期货市场的流动性是关键。对于趋势交易者来说，那些价格波动具有趋势性特征的品种更适合进行交易；反之，通常处于震荡状态、趋势不明朗的品种则不适合。

为何他这样认为呢?

在期货市场里，交易者在进行期货交易之前，首先要选择交易品种，通常情况下，流动性很好、成交量大的品种在市场中大受欢迎。其原因有如下两个方面：

第一，具有流动性很好的品种在交易中成交非常方便，并且价格

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



对市场信息的反应十分灵敏。为了便于成交，我们在选择品种时通常要选择成交量大的品种，这样无论是入市还是退场都较为容易实现。想一想，假如我们买进一个品种持仓量只有几手的品种，则交易对手极可能只有一个，假如我们想要平仓的话就必须要获得对方的同意才行，在此情况下我们就无法获得交易的主动权。相似的交易品种，对于投资而言很明显地并非一个好的品种，选择的时候是一定要排除在外的。此外，流动性差的品种，从理论上来讲，买卖差价一般也比较大。此点从每个品种的不活跃合约上就能够看出来。若只是对投机交易来说，不论我们选择什么品种，通常都要选择主力合约，即是持仓量最大、成交量最大的那个合约。每个品种对应的主力合约出现的规律不一样，交易者只要关注持仓量与成交量两个标准就能找到对应的主力合约。

第二，一般来说流动性好的品种波动性也很强，价格波动强烈增加了交易者的操作空间。所谓波动大，一是指日内波动大。比如，一般情况下一天的波动幅度大于 1%，有的时候会产生更大的波动行情。对于做日内交易的交易者来说特别重要，假如你买进此品种，结果价格半天不动，这就会将自己憋屈死了！二是指隔日价格的波动较大。假如一个品种在一个月、两个月甚至更长的时间内都处在一个窄幅震荡区间，每天的涨跌幅均不超过 1%，在一个月或是几个月之内波动幅度均不超过 3%，如此品种对于交易者而言也是不太乐见的。只能眼睁睁地看着别人赚钱，而自己的资金却始终无动于衷。不过，波动幅度小则意味着交易面对的风险较小。换言之，如果你做错了方向，你所面对的损失风险也会比其他波动大的品种要小。一般来说，金融产品风险性与收益性是呈一定正向关系，这就是投资的最根本规律。

以上所讲的标准只是选择期货品种的标准之一。除了以上标准之外，每个交易者还应该按照自己的投资风格、经历进行不同的标准制定。比如说观察历史走势，哪些品种具有稳定的走势，哪些品种上下

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



不断地跳动较大；假如你是日内交易者，就应该将相应标准的制定重点放在日内数据上。

总之，选择好交易品种，对期货交易而言是一个很关键的开始。从某种意义上来讲，没有绝对很好的品种也没有绝对不好的品种。交易者应当根据操作风格的不同进行相应的调整。

以下是理查德·丹尼斯参与交易的期货市场的清单：

（1）芝加哥期货交易所（CBOT）：30年期美国长期国债（Treasury Bond）；10年期美国中期国库券（Treasury Note）。

（2）纽约咖啡可可与原糖交易所（NYCSC）：咖啡；可可；原糖；棉花。

（3）芝加哥商品交易所（CME）：瑞士法郎；德国马克；英镑；法国法郎；日元；加拿大元；标准普尔500股票指数；欧洲美元；90天美国短期国库券（Treasury Bill）。

（4）纽约商品期货交易所（COMEX）：黄金；白银；铜。

（5）纽约商业期货交易所（NYMEX）：原油；燃油；无铅汽油。

二、交易头寸的设定

所谓头寸管理就是指设定账户资金中用以期货交易保证金的比例，以及分配到每个交易品种的保证金比例。

理查德·丹尼斯认为，头寸管理则是构建期货交易系统的最重要部分，由于头寸的数量直接影响潜在损失的大小。在实际操作过程中，交易者是很难获得具有100%胜算率的交易模式的，假如没有合理的头寸管理方法，一两次亏损的交易很可能造成致命的损失，而科学的头寸

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

管理就可以减少错误判断所带来的亏损，降低账户交易的毁灭率。

（一）头寸大小的确定

在交易头寸的设定上，理查德·丹尼斯是根据一个价格波动的技术指标，用来决定入市头寸的大小的。

理查德·丹尼斯用一个基于波动性的常数百分比作为头寸大小风险的测算标准。

头寸大小是期货交易系统中最重要的部分之一，然而大多数人都不太了解。

理查德·丹尼斯所用的头寸大小测算标准在当时相当先进，因为通过调整以市场的美元波动性为基础的头寸大小，这个测算标准使得头寸的美元波动性标准化。这意味着在以美元表示的数量相同的特定交易日，特定的头寸通常会上下波动（与其他市场的头寸相比），不考虑特定市场根本的波动性。这是实际情况，由于在每张合约上下波动剧烈的市场中的头寸与波动性较低的市场中的头寸相比，便会抵消较少的合约数。

这种波动性的标准化是极其重要的，因为这意味不同的市场中不同的交易对于特定的美元损失或者特定的美元收益通常具有相同的机会。这就提高了在多个市场之间进行多样化交易的效果。即使某个特定市场的波动性较低，然而，任何明显的趋势都会带来巨大的盈利，是因为理查德·丹尼斯会更多地持有这种低波动性商品的合约。

（二）波动性 N 的含义

理查德·丹尼斯用 N 的概念来表示某个特定市场根本的波动性。

N 就是 TR（True Range，真实波动幅度）的 20 日指数移动平均值，当前更普遍地称为 ATR。从概念上来看，N 表示一个市场在一天

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



内的平均波动幅度，它说明了开盘价的缺口。N 同样用构成合约基础的点（Points）加以衡量。

每天真实波动幅度的计算：

真实波动幅度 = max（H–L，H–PDC，PDC–L）

公式中：

H 为当日最高价；

L 为当日最低价；

PDC 为前个交易日的收盘价。

N 的计算公式为：

$N = (19 \times PDN + TR)/20$

公式中，PDN 为前一个交易日的 N 值；TR 为当日的真实波动幅度。

由于这个公式要用到前个交易日的 N 值，因此，你应该从真实波动幅度的 20 日简单平均值开始计算初始值。

（三）价值振幅

确定头寸大小的第一步，就是确定用最基本的市场价格振幅（A-TR 值）表示的价值振幅。

价值振幅用下面简单的公式来确定：

价值振幅 = ATR × 每点价值量

其中每点价值量（Dollars per Point）的含义是什么，如何获得它？

以 NYMEX 的原油合约（CL）为例：

当前每张合约的价格可能是 61.00 美元；

每张合约折合现货市场上的 1000 桶原油。

一个“整点”（big point）在这个合约中价值为 1 美元，也就是说，当价格从 61 美元变动到 62 美元时，我们称为一个“整点”的变化。根据交易所的规定，一个整点的价格移动表示 1000 美元（1000 桶乘

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



以 1 美元）。这个价值（1000 美元）通常被称为“整点价值”（Big Point Value）。

在这个合约中，一个整点包含 100 个“最小点位”（minimum ticks），即 0.01 美元或 1 美分。所以这个合约的“每点价值量”就是 1000/10 = 10 美元。

NYMEX 原油合约的“每点价值量”是 10 美元。每种合约都有不同的每点价值量，请参考交易所的规定。

继续这个例子：

上面已经讲过，价值振幅 = ATR × 每点价值量

那么，CL 的 ATR 值是 92 点，乘以每点价值量 10 美元，它的价值振幅为 920 美元。

（四）头寸单位

理查德·丹尼斯把单位（Units）作为头寸大小的衡量基础，单位按照大小排列，使 1ATR 代表账户净值的 1%。

因此，特定市场或特定商品的单位可以用下面的公式计算：

单位 = 账户的 1%/市场价值振幅

或者：

单位 = 账户的 1%/(ATR × 每点价值量)

由此可以看出，理查德·丹尼斯头寸单元的计算也是根据 ATR 的。假如有人仔细计算过头寸单元和特定市场特定周期的头寸单元数量，就会发现前者反比于 ATR 正比于资金量，后者只和市场的点位和 ATR 相关。使用基于 ATR 的资金管理可以很好地控制每次交易的风险。

（五）头寸限制

理查德·丹尼斯所交易的期货品种众多，不同期货品种的波动性都

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



不一样，并且相关性也不一样。理查德·丹尼斯每周就会拿出一份各交易品种的最新 ATR 和交易单元数据的表格，用来决定本周在各品种上的头寸。此外，依据不同品种的相关性，头寸大小就会受到限制。具体如下：

（1）单一市场。每个市场最大为 4 个单位。

（2）高度相关市场。对于高度相关的市场，在一个特定方向上最大可以有 6 个单位（6 个多头单位或 6 个空头单位）。高度相关市场包括：燃油和原油；黄金和白银；瑞士法郎和德国马克；短期国库券和欧洲美元等。

（3）相关性较弱市场。对于相关性较弱市场，在一个特定方向上最大可以有 10 个单位。相关性较弱市场包括：黄金和铜；白银和铜。

（4）单一方向。在一个多头方向或一个空头方向上全部单位的最大数目为 12。因此，理论上你可以同时持有 12 个单位的多头头寸和 12 个单位的空头头寸。

理查德·丹尼斯用满仓（loaded）这个词表示在特定的风险级别下持有所允许的最大数目的单位。所以，“满仓日元”就表示持有最大 4 个单位的日元合约。完全满仓表示持有 12 个单位等。

（六）头寸设定的具体方法

（1）依据历史数据计算 ATR 指标，称为真实波动幅度的移动平均值，来反映现在市场的价格波动情况。

（2）用 ATR 乘以每一指数点所代表的价值获得一份合约在当日的价值振幅 VR（Value Range）。比如沪深 300 指数期货，则为 ATR 乘以 300。这里估计的当天合约价值变动量是根据历史数据的 ATR 值，并非实际的振幅，用来估计每天的最大价值变动的绝对值。

（3）针对总资产金额（Asset）设立一个比率为 1%，除以某个品种

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



的 VR 值，即获得当日该期货品种的一个交易单位数量（Unit Size），并且用它来确定不同品种的头寸规模。它的背后的资金管理含义就是，尽管当天合约振幅达到 ATR 的水平，无论头寸方向是多或者是空，当天的亏损能够控制在 1%的总资产水平之内。

假定 2011 年 1 月 11 日 IF1101 合约的 ATR 是 67.9 点，总资产为 500 万元，x = 1%，那么当天的交易单元数量为 5000000 × 1%/(67.9 × 300) = 2.45。因为必须交易整数合约，获得 2 手。如果以 3000 点买进，保证金为 18%，那么占用资金 2 × 3000 × 300 × 18% = 32.4 万元，仓位为 6.48%，预计的当天最大账面损失是：2 × 67.9 × 300 = 40740 元，最大资金回撤是 0.81%。在单一股指期货市场的最大头寸规模为 4 单位，即 8 份合约，对应的最大仓位是 25.92%。

股指期货开户的最低保证金要求为 50 万元，从稳健的资金管理上来交易的话，最多可以做一手合约，那么控制的仓位在 3000 × 300 × 18%/500000 = 32.4%。

三、入市法则

入市法则就是指开仓建立头寸的方法，理查德·丹尼斯按照简单有效的高低点突破的原则入市。入市则是构建交易模式的第一个部分，然而它并不是最重要的部分，这点与大部分交易者相反，大多数交易者没有完整的交易模式，入市则是他们的全部。

理查德·丹尼斯运用了两个相关的系统入市，这两个系统均以唐奇安的通道突破系统为基础。其中最有名的系统：一个是以 20 日突破为基础的偏短线系统；另一个是以 55 日突破为基础的较简单的长线系

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



统。20 日突破可以定义为超过前 20 天的最高价或者最低价。此外，在入市系统上，理查德·丹尼斯还引入了增加单位与连续性的定义。理查德·丹尼斯认为，在一年之中大部分利润可能只是来自于两三次大的盈利交易，所以增加单位与连续性显得非常重要。

（一）两个入市系统

理查德·丹尼斯有两种不同却有关系的突破系统法则，这两个系统称为 S1、S2。

S1：以 20 日突破为基础的偏短线系统。

S2：以 50 日突破为基础的较简单的长线系统。

突破是理查德·丹尼斯经常用的一个术语，来说明市场创造了 n 天内的新高或者新低。突破定义为价格超过特定天数内的最高价或者最低价。所以，20 日突破可以定义为超过前 20 天的最高价或者最低价。

理查德·丹尼斯总是在日间突破发生的时候进行交易，而不是等到每天收盘或者第二天开盘。在开盘跳空的情况之下，假如市场开盘超过了突破的价位，那么理查德·丹尼斯一开盘便会建立头寸。具体来说，理查德·丹尼斯采用这样的入市法则：

（1）S1 入市方法。只要有一个信号显示价格超过前 20 天的最高价或最低价，理查德·丹尼斯就会建立头寸。若价格超过 20 天的最高价，理查德·丹尼斯便会在相应的商品上买入一个单位，建立多头头寸。假如有一个信号显示价格跌破了最近 20 天的最低价，那么理查德·丹尼斯就会卖出一个单位建立空头头寸。

假如上次突破已经产生盈利的交易，S1 的突破入市信号便会被忽视。请注意：为了检验此问题，上次突破被看作某种商品上最近一次的突破，无论对那次突破是否实际被接受，或是因这项法则而被忽略。若有盈利的 10 日离市之前，突破日之后的价格与头寸方向相反波动了

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



2ATR，则这一突破就会被看作是失败的突破。

上次突破的方向跟这项法则无关。所以，亏损的多头突破或者亏损的空头突破将使得随后新的突破被看作是有效的突破，无论它的方向是多头还是空头。

但是，如果 S1 的入市突破由于以前的交易已经获得盈利而被忽略，还能够在 55 日突破时入市，从而避免错过主要的波动。这种 55 日突破被看作自动保险突破点（Failsafe Breakout point）。

假如你还没有入市，在任何特定点位均会有一些价位会触发空头入市，在另外一些不同的较高价位会触发多头入市。假如上次突破失败，则入市信号会更接近于现价（20 日突破），假如上次突破成功，在此情况之下入市信号可能会远得多，位于 55 日突破处。

（2）S2 入市方法。只要有一个信号显示价格超过了前 55 日的最高价或者最低价便建立头寸。假如价格超过 55 日最高价，则理查德·丹尼斯便会在相应的商品上买入一个单位建立多头头寸。假如有一个信号显示价格跌破了最近 55 日的最低价，理查德·丹尼斯便会卖出一个单位建立空头头寸。

不管以前的突破是成功还是失败，所有 S2 的突破均会被接受。

（二）突破原则

就上面理查德·丹尼斯所说的突破原则，在这里，很必要去探讨这个问题。“突破”从道理上来讲，市场的涨跌完全取决于买卖双方实力对比。当价位冲破上一日、上一周甚至上一月最高点的时候，在上日、上周和上月任何一点做空头的交易者均被套牢，他们当中一定有一部分人要认赔平仓出局，反过来又给涨势推波助澜；反之，当行情跌破上一日、上一周甚至上一月的最低价的时候，在上日、上周、上月任何价位做多头的交易者都会出现浮动亏损，其中有一部分的人必然要

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



止损平仓卖出，这刚好对跌势落井下石。因此对突破的研究，是交易者很必要的一项工作。

按照其实战重要性次序，突破大概分为七种：大型形态的突破、大均线的突破、趋势的突破、盘整的突破、新高或者新低的突破、大成交量的突破以及小周期信号的突破。它的突破信号的真伪辨识主要有以下四点：

（1）均价突破原则。因为在做盘过程中存在着不少虚假的成分，特别是尾市做盘，临近收盘几分钟或者十几分钟的大幅度地拉升或深幅度地打压均会让 K 线图形变形。因此，在技术分析中具有真正意义的应该是代表市场成本变化的均价线，每日的均价是必须要看的要点，只有均价的突破才是真正意义上的突破。

（2）突破的幅度。突破产生之后，它距离突破点的幅度越大，突破的真实性越高，也越有效。据观察，它的均价可以远离突破点 1%以上的幅度，突破成立并且有效；否则，它的可能性便会减少。

（3）突破的时间。一旦期价产生突破，它的收盘价和盘中均价必须连续三日在该趋势突破的方向上，才能算是有效；而且停留的时间越长，突破越有效。

（4）成交量与持仓量。突破的产生，通常要有大成交量的产生，相对比较小的成交量意味着趋势的认同者和恐慌出局者相对比较少，它的假突破的可能性便会增加。突破产生的时候，持仓量的增加却不是必要的，持仓量减少所引发的突破大多数是反向恐慌盘出局所造成的，如果在突破趋势有所持续之后，持仓量依然不能增加，那么突破趋势的发展便会大打折扣了。

（三）增加单位

理查德·丹尼斯在突破的时候仅仅建立一个单位的头寸，在建立头

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



寸后以 1/2ATR 的间隔增加头寸。这种 1/2ATR 的间隔以前面指令的实际成交价为基础。所以，假如初始突破指令降低了 1/2ATR，那么，为了说明 1/2ATR 的降低，新指令就是突破后的 1ATR 加上正常的 1/2A-TR 个单位的增加间隔。

在达到最大许可单位数前，这样做法都是对的。假如市场波动迅速，极有可能在一天之内便增加到最大 4 个单位。

比如，如果某只个股最近 20 日的最高价为 15 元，最近 20 日的平均日常波动为 0.7 元，账户资金为 50 万元（空仓）。那么，当股价突破 15 元的时候买进 7000 股（计算公式为 50 万 × 0.01/0.7，向下取整），假如第一次买入价是 15.05 元；那么以后在价格每上升 0.35 元（ATR0.7 的一半）的时候，即 15.4 元、15.75 元以及 16.1 元的时候分别买入 7000 股，一共是 28000 股。

（四）具有连续性

理查德·丹尼斯认为，在接受入市信号的时候必须具有连续性，由于一年中绝大多数利润可能只是来自于两三次重大的盈利交易。假如一个信号被忽略或者错过，那么很有可能大大地影响全年的收益。所以连续性显得非常重要。

四、止损的设置

所谓止损是指在头寸亏损的情况之下如何平仓限定损失的方法。从长期来看，不会止损的交易者是不会获得成功的。

关于止损，理查德·丹尼斯是这样认为的：最重要的是在你建立头

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



寸前，你就要预先确定退出的点位。假如市场的波动触及你的价位，那么你就应该每一次都毫不例外地退出。如果你在这一立场上犹豫不决的话，那你最终就会造成灾难。

（一）设立止损位

理查德·丹尼斯以头寸风险为基础来设立止损。每一笔交易均不能出现 2%以上的风险。由于价格波动 1ATR 代表了 1%的账户净值，允许风险为 2%的最大止损则是价格波动 2ATR。理查德·丹尼斯的止损设立在买入价格以下的 2ATR。

为了确保全部仓位的风险降到最低，假设另外增加单位，前面单位的止损就要提高 1/2ATR。这通常意味着全部头寸的止损将被设立在距最近增加的单位的 2ATR 处。可是，在后面单位由于市场波动迅速会导致“滑点”（Skid）或是由于开盘跳空而以较大的间隔设立的情况下，那么，止损就有所不一样了。

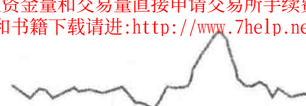
比如：

ATR 为 1.20

20 日突破为 28.30

	入市价格	止损价格（第一次买入）
第一个单位	28.30	25.90
	入市价格	止损价格（第二次买入）
第一个单位	28.30	26.50
第二个单位	28.90	26.50
	入市价格	止损价格（第三次买入）
第一个单位	28.30	27.10
第二个单位	28.90	27.10
第三个单位	29.50	27.10

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



	入市价格	止损价格（第四次买入）
第一个单位	28.30	27.70
第二个单位	28.90	27.70
第三个单位	29.50	27.70
第四个单位	30.10	27.70

由于市场开盘跳空到 30.80，从而使得第四个单位以比较高的价格增加的情况下：

	入市价格	止损价格
第一个单位	28.30	27.70
第二个单位	28.90	27.70
第三个单位	29.50	27.70
第四个单位	30.80	28.40

（二）备选止损策略

理查德·丹尼斯还有一套备选止损策略。然而，因为它会导致更多损失从而使得盈亏比例较低， 所以这一策略执行起来难度很大。这一策略被称为双重损失。

与每一笔交易承受 2%的风险不同的是，止损被设立在 1/2ATR，即账户风险的 1/2%处。假如某个单位已经被止损，而市场已经回调到了原先的买入价，该单位便会被重新建立头寸。理查德·丹尼斯使用这种方法交易，获得了很好的效果。

双重损失也有额外的好处，即在增加新的单位时不需要改变原有单位的止损，因为在最大四个单位时全部风险绝不会超过 2%。

比如，运用双重损失止损，用上一个例子的止损是：

ATR 为 1.20

20 日突破为 28.30

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



	入市价格	止损价格
第一个单位	28.30	27.70

	入市价格	止损价格
第一个单位	28.30	27.70
第二个单位	28.90	28.30

	入市价格	止损价格
第一个单位	28.30	27.70
第二个单位	28.90	28.30
第三个单位	29.50	28.90

	入市价格	止损价格
第一个单位	28.30	27.70
第二个单位	28.90	28.30
第三个单位	29.50	28.90
第四个单位	30.10	29.50

这是因为理查德·丹尼斯的止损以 ATR 为基础，所以，它们可以更好地适应市场的波动性。对于很不稳定的市场来说，就有更宽的止损，然而，每个单位的买卖数量也会越少。这相当于将风险分散在所有的入市决策上，这样就会造成更好的多样化以及更为健全的风险管理。

五、离市法则

交易者应该知道在什么时候将头寸退出市场，无论交易者使用什么系统，都应该懂得在什么时候离市。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



绝大多数的“交易系统”没有明确地说明盈利头寸的离市。然而，什么时候退出盈利头寸的问题对于系统的收益性是非常重要的。如果没有说明盈利头寸的离市的交易系统，那它就不是一个完整的交易系统。理查德·丹尼斯则明确地说明了这一点，他对于盈利头寸使用以突破为基础的离市策略。

（一）离市的要点

期货市场有一个传统的观点：“应该落袋为安，你就不会破产。”理查德·丹尼斯不会同意此观点。太早地退出盈利头寸，就是过早地“落袋为安”，是应用趋势跟随系统交易时比较常见的错误之一。

期货市场价格总是处于不停地上下波动中，所以，假如你想抓住一段趋势就有必要让价格背离你运动。在趋势的早期中，这往往可能意味着眼看 10%~30%可观的利润渐渐成为小幅亏损。在趋势的中期中，这很可能意味着眼看 80%~100%的利润失去 30%~40%。减轻仓位“锁定利润”的诱惑可能性会相当大的。

但理查德·丹尼斯懂得，什么时候落袋为安会导致盈亏之间的不同。

理查德·丹尼斯交易系统在突破的时候建立头寸。很多的突破并不会形成趋势。这意味着理查德·丹尼斯所做的大多数交易都会造成亏损。假如盈利的交易所赚的钱平均下来不够弥补这些损失的话，则理查德·丹尼斯就会亏钱。每个能盈利的交易系统均有不同的最佳离市点。

我们来看一看理查德·丹尼斯交易系统。假如在利润为 1N 的时候退出盈利头寸而在亏损为 2N 时退出亏损头寸，那就需要两倍的盈利才能弥补亏损交易所带来的损失。

在交易系统的各个构成部分之间存在着复杂的关系。这意味着你不能只考虑盈利头寸的正确离市，而不考虑入市、资金管理以及其他

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



因素。

盈利头寸的正确离市是交易很重要的方面之一，也是大多数人不能理解的一个方面。可是，它会导致盈亏之间的不同。

（二）理查德·丹尼斯离市的策略

（1）S1（系统 1）运用 10 日突破离市法则：离市对于多头头寸是 10 日最低价，对于空头头寸是 10 日最高价。假如价格波动与头寸背离到 10 日突破，头寸中的所有单位均会退出。

（2）S2（系统 2）运用 20 日突破离市法则：离市对于多头头寸是 20 日最低价，对于空头头寸是 20 日最高价。如果价格波动与头寸背离到 20 日突破，头寸中的所有单位均会退出。

理查德·丹尼斯在入市时通常不会设立离市止损单而退出，但会紧紧地观察市场的价格，一旦交易价格越过离市突破价，就开始立即下单离市。

（三）离市不容易的原因

对于很多的交易员来说，理查德·丹尼斯系统离市也许是理查德·丹尼斯交易法则中最难的一部分。等待 10 日或者 20 日新低出现往往可能意味着眼睁睁地瞅着 20%、40%甚至 100%的巨大利润就会化为泡影。

因此，大多数交易具有一种想要早点离市的强烈倾向。只有很强的纪律性才能为了继续持有头寸一直到真正的大幅波动到来而忍受可观的利润化为泡影。在巨额盈利的交易中，遵守纪律和坚持规则的能力是成功交易员的特征。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第二章 理查德·丹尼斯的交易策略

理查德·丹尼斯说过，你要有交易的策略，知道其原理，并且跟随它。

他认为，在进入市场之前应该有一套交易策略。交易策略与战术比市场和操作的技术层面更为重要。只有良好的交易策略，可以为交易者带来持续、稳定的盈利。

良好的交易策略是成功交易不可或缺的一部分，这种策略在期货投机领域的重要性绝不亚于它在体育竞赛中的重要性。由于成功交易不仅涉及技术方面而且也涉及策略方面的考虑、大多数交易者在其交易的技术方面可以说是不分上下的，而区别赢家和输家的主要依据是看他们是否一贯地、有约束地应用很好的、可行的策略。理查德·丹尼斯的成功交易就在于他能很好地运用这些交易策略。

理查德·丹尼斯的主要交易策略是：用长远的眼光来看待交易，从概率角度来思考问题，衡量市场的波动性，市场过虑法，双向交易策略，买强卖弱交易方法以及逆向思维交易方式等。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



一、用长远的眼光来看待交易

理查德·丹尼斯说过，我认为没有一个交易员能够依靠运气而取得成功。从长期来看，运气并不是最重要的。任何单笔交易的成功能够完全靠运气，然而从统计的角度来看，并非如此。如果你的交易方法在每笔交易上的成功率为 53%，长期而言，你的获胜率就是 100%。假如要判断两个交易员孰优孰劣，就必须花上一年时间的观察才能下结论。

他认为，交易者学会了用长远眼光看待交易，并且还要掌握了一个有优势的交易系统。这也是理查德·丹尼斯最重要的一个要素，这就是赢家与输家们在方法和观念上的一个最大的不相同的地方。

长期有效的交易方法都具有一个重要重操旧业，那就是赌博场中所说的优势。这个优势是指一个人相对一个对手的系统性优势。一个赌场在绝大部分时间都掌握着对顾客们的优势，然而在某一些游戏当中，玩家很有可能取得一种优势。

我们以 21 点为例子，当技术高超的玩家注意到有很多小牌发出的时候，他们就能够取得对赌场的一种暂时性优势。这就意味着接下来发出大牌的概率已经提高。在此情况下，玩家则掌握了对庄家的优势——暂时性优势。由于只要牌面组合小于 16 点，庄家就应该继续要牌。但是假如一副牌中还留有很多大牌，则下一张牌让庄家输掉的概率就会提高，是由于点数超过 21 点就会爆牌。

因此，经验老道的玩家们在大多数时间里都赌得较小，由于优势是在赌场一边。他们在耐心地等待机会，等待他们偶尔取得对赌场的

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



优势。一旦等到了这种机会，这些玩家便会加大赌注，利用其优势压倒庄家。

另外，理查德·丹尼斯用期望值理论告诉我们：期望值为正的交易在长期内一定能够获得成功。应该相信自己所构建的系统在市场中有一种非常大的优势，期望值则是衡量这种优势的一种方法，它也是防止结果偏好效应的根本。

那么，什么是结果偏好效应？它是指大家倾向于根据一个决策的结果而不是能力的品质来判断其好坏。

简单来说，要想交易获得成功，你应该让你的思维冲破结果偏好的影响！如果单个交易的结果不会影响大局的话，就要把注意力集中在整体期望值上。

“期望值”这个概念是来自赌博理论，它用量化方式回答了这样一个问题：“假如我继续这样做的话，结果会如何？”期望值为正的游戏就是有希望能够赢得游戏，上面所说的 21 点游戏在玩家们掌握优势以后便有了正的期望值。期望值为负的游戏就如同轮盘与掷骰子一类的游戏，有优势的就是赌场，因此从长期来看那些赌客们总是输家。

每个赌场老板们均对期望值理论心中有数，他们懂得，有很多赌客会沉浸其中并不知疲倦地玩下去，赌场的正期望值哪怕只有几个百分点，从长期来看也能够带来滚滚财源。赌场老板们不在乎他们的输局，由于这样的输局只会更进一步刺激赌客们。对老板们而言，输局只不过是做生意的成本，他们明白自己才是最终的赢家。

理查德·丹尼斯正是用这样的方式看待亏损的：亏损只是做生意的成本，并不代表着一次错误交易或者一个坏决策。要做到此点，我们应该明白一件事：从长期来看我们总会失而复得。理查德·丹尼斯相信，期望值为正的交易在长期时间内必然能够成功。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



假设理查德·丹尼斯某一个交易系统的期望值是 0.5，则这意味着每 1 元的风险投入能够获得 0.5 元的利润。依据一个系统的历史交易记录来计算其期望值。期望值就等于每笔交易的平均盈利除以每笔交易的平均风险投入。风险投入就等于最初成交价与止损价的差乘以所买卖的合约数量，再乘以合约本身的大小。

举一个例子说明一下理查德·丹尼斯是如何衡量风险的。如果有一笔黄金交易，买入价为 350 美元，止损价为 320 美元，一共买入了 10 份合约，那么，这笔交易的风险水平等于：买入价与止损价的差异（30 美元）乘以合约数量（10 份合约）再乘以合约本身的大小（每份合约 100 盎司黄金），也就是 30000 美元。

理查德·丹尼斯注重一种方法的长期效果，忽略短期内不可避免的亏损。实际上，他认为损失期一般来说是盈利期的前兆。这对交易者未来的成功是十分重要的，也是交易者在逆境之中坚守法则的极其重要的原因。

二、从概率角度来思考问题

理查德·丹尼斯十分明确地说："交易有点像打球一样。假如你总是考虑成功率，那你就没有专注正确的击球方式。交易者的成功率则是金钱。"

一种统计学的思想就是理查德·丹尼斯从棒球中发现的。如果说你连续 10 年都打 0.3。瞬间变成了 25。这是否意味着你再也没有 0.3 那样好了？不。这意味着你还要上场，像以前那样挥棒击球，由于 0.3 的击球手就是这样的。理查德·丹尼斯就是长期运用概率来赚钱的。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



因此，理查德·丹尼斯认为，从概率角度来思考问题，不要企图做出正确的预测，只有应用概率对你有利的方法，你才能在长期内取得成功。

（一）交易胜算率的要素

要想交易有很大“胜算”的把握，你必须找准入市点：在这一点上，市场在理想的时间范围内向某个特定方向变动的概率要大于正常概率。接着，你还要为这个入市点设计一个离市策略，只有这样才能从期望的变动趋势中获得盈利。

每种交易策略均有一个适合发挥的特殊场地，比如，趋势跟踪就适合于趋势稳定的市场，你在这些“入市点”上配搭一个合适的“离市点”。假如配搭得十分恰当，就能够有无穷的威力。假如明显不太合适，还硬搭配在一起，原来的“入市点”便会被糟蹋掉。也就是说，要想使利润最大化，你要让入市策略与离市策略门当户对。

入市策略是想“短时间内”就赚钱，退市策略就必须是针对“短时间内”的；入市策略想要“长时间内”赚到钱，退市策略也要在“长时间内”的量级上；趋势跟踪的入市，就必须搭配趋势跟踪的离市；摇摆交易的入市，要跟摇摆交易的离市双剑合璧；日间交易的出击，要跟日间交易的离市一起出击。

适合上下不断波动的市场。首先要选对特殊的市场。

期货交易无非就是两种，一是做多，首先是买入，等待涨价卖出；二是做空，首先是卖出，等待跌价再买进。在决定什么时候进行交易的时候，大多数新手采取的策略，都是跟在趋势图上扔飞镖差不多，完全依靠运气。经验丰富的老手就会告诉他们，此策略是没有任何“胜算”的把握。

那么，什么是“胜算”？它是来自博弈论里的概念，其实它就是一

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



种概率，是指赌场比赌徒更有可能取胜。假如在博弈中没有“胜算”，那么时间一长必然成为输家。

期货交易也是如此。交易策略不一定要有“胜算”，然而交易本身却一定有成本、佣金、电脑费以及数据费等，这些费用每天都可能冒出来，这样快速地累积成很大的负担。只有“胜算”，才能使你支撑下去，最终获得胜利。

一个交易胜算率大概有三个要素：市场、“入市点”以及“离市点”。

（1）选市场，又称为资产配置，只有选择适合自己的特殊市场，才能让交易策略施展出来。

（2）选“入市点”，又称为入市信号，选择适合交易的最好时机。

（3）选“离市点”，又称为离市信号，选择离市点也是很关键的。如果离市早了一点就施展不开，离市晚了一点则晚节不保。

（二）好的与坏的

分析交易策略，实际上就是分析在某个特定市场入市以后和离市之前的价格波动。假如选好了交易市场和交易时机，接下来的价格波动应该往往让人高兴。为了更进一步地分析，可以把价格波动分为两种：好的和坏的。

假如价格向着让人高兴的方向移动，此方向就是好的。相反则是坏的。比如，你先买进，等待涨价出售，这时候上扬就是好的方向，下挫则是坏的方向，好的价格变动与坏的价格变动如图 2-1 所示。买入之后，价格很有可能会先是小跌，然后再大涨，接下来小跌，又经过大涨，你就会经历不高兴和高兴之间反复不断的过程。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

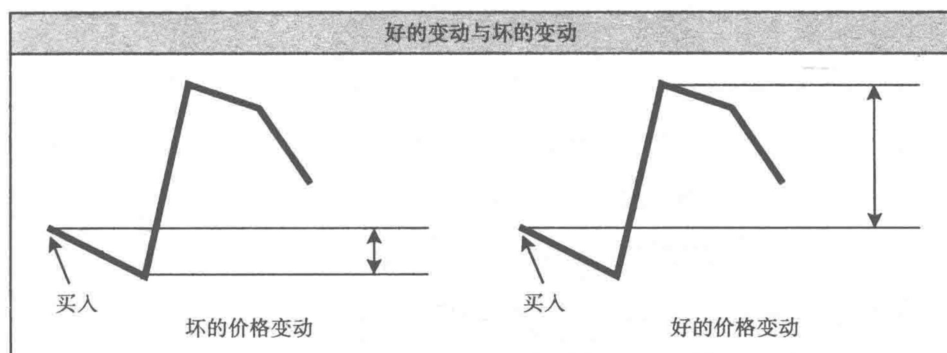


图 2-1 好的价格变动与坏的价格变动

总而言之，假如价格在好的方向上比坏的方向上走得远一些，那么你的“高兴”就会超过“不高兴”，此策略就是有“胜算”的把握，“胜算率”等于好方向移动的最大距离除以坏方向移动的最大距离。在图 2-1 中，左边为 MAE，右边为 MFE。一般来说，理查德·丹尼斯会在一定的时间长度内来计算胜算率，若是 10 天，胜算率就会写成 E10-ratio；若是 30 天，胜算率就会写成 E30-ratio。

（三）有胜算的和随机的

在有胜算的交易策略中，好的距离就会超过坏的距离；但是在扔飞镖式的随机交易中，好的就会等于坏的。

理查德·丹尼斯通常利用历史数据模拟价格变动，用计算机来操纵随机交易，在这个随机交易策略中，对应的 E5-ratio 是 1.01，E10-ratio 是 1.005，E50-ratio 为 0.997，E70-ratio 为 1.001。这些数字均与 1 相当接近，这是由于在任何一段时间里，它朝着好的方向移动的可能性，都与坏的方向的可能性几乎差不多。

而对于有胜算的策略来说，最终结果不再接近 1。

（1）选市场+随机的“入市点”和“离市点”：假如按照理查德·丹尼斯法则先过滤出合适的市场状态，再随机进行交易，E70-ratio 就会

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



由 1.001 变成 1.27，胜算一下子就会变大了。

（2）随机的市场+选“入市点”和“离市点”：若不过滤出合适的市场状态，可是根据理查德·丹尼斯法则挑选入市时机——只在价格达到 20 天最高点的时候入市，E20-ratio 变成 1.15，E70-ratio 变成 1.20，胜算也会变大了。图 2-2 中展示了“入市点”E-ratio 的变化，它具有两个特点，一是一开始小于 1，当时间达到一定长度之后，E-ratio 才升到 1 以上。这就是为什么要选门当户对的“离市点”，如果离市早了一点，就有可能会亏损。二是它的波动比较大，并不太稳定。

不同时间跨度的优势比率（1）如图 2-2 所示。

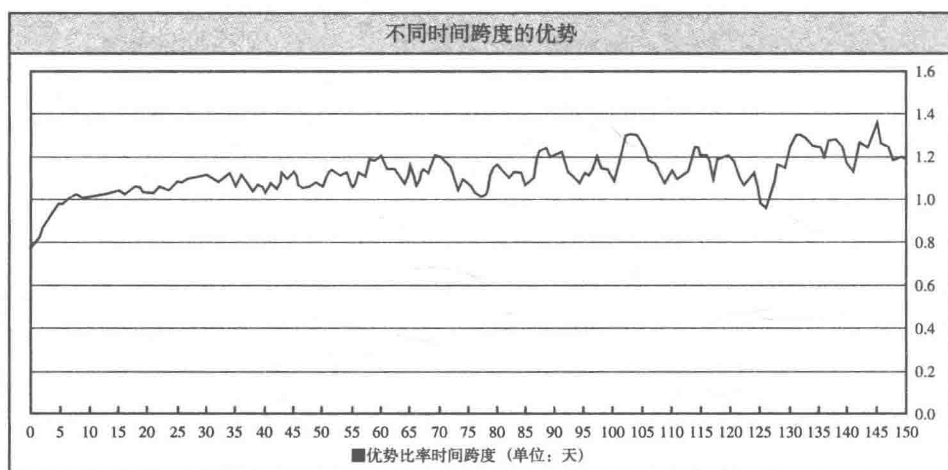


图 2-2 不同时间跨度的优势比率（1）

（3）选市场+选“入市点”和“离市点”：假如既过滤出合适的市场状态，又在特殊的“出击点”入市，E70-ratio 上升到了 1.33，E-ratio 不同时间跨度的优势比率（2）如图 2-3 所示，它与上一张图十分相似，然而更为平稳，没有很大的波动，这是由于我们选择了合适的市场，使得“入市”与“离市”能够稳定地发挥。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

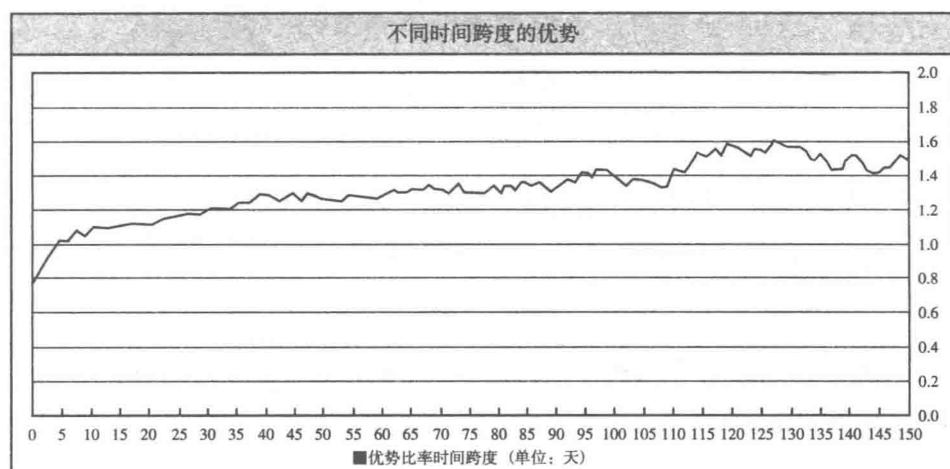


图 2-3 不同时间跨度的优势比率（2）

三、衡量市场的波动性

对理查德·丹尼斯来说，衡量市场的波动性是非常关键的。绝大多数人都忽略了这点。他认为，假如市场没有波动，那么我们根本就无法交易。事实上，没有波动就不交易还是一个非常重要的法则之一。如果没有趋势，那就没有利润。没有市场波动，就不能下单。

理查德·丹尼斯总是问："按照当前的波动性，我应该交易多大的仓位？"也就是说，不要先去考虑价格，而是了解市场的波动性。比如，微软公司现在的价格为 40，了解这一点非常重要，但更重要的是了解微软的波动性（N），如此一来，你就能够根据你的资金明白自己要买卖多少股。

ATR 的值每天随着市场的上升和下跌而波动。一旦理查德·丹尼斯对 N 有了感觉，他就知道自己赌多少。他每笔交易只赌总资金的 2%。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



假如他有 100000 美元，他会赌（或者说是冒险）2%，每笔交易都是这样的。每一个 2%看作一个单位。单位则是理查德·丹尼斯每天衡量风险的术语。

波动性衡量一段时间内价格的变化。理查德·丹尼斯一开始要计算市场的日波动率，日波动率简称为 N（也称为真实波动幅度均值，或者 ATR）。计算任何市场的 N 方法：

（1）今天的最高价和昨天的最低价之间的距离。

（2）昨天的收盘价和今天的最高价之间的距离。

（3）昨天的收盘价和今天的最低价之间的距离。

若结果是负数，要变成绝对值。在数学中，绝对值是正数。比如，4 和–4 的绝对值都是 4。

上面计算的 3 个结果的最大值则是真实波动幅度均值，技术上称为 24 小时内绝对的距离（无论是上涨，还是下跌）。理查德·丹尼斯然后计算真实震幅的 20 天均线。这是计算之前几周的波动性。

你也能够计算任何股票或期货的平均真实震幅。简单的方法是：将最后 15 个真实震幅相加，再除以 15。每天重复，去掉最大的那个真实震幅。许多软件能够自动计算的。

理查德·丹尼斯是这样解释 ATR 的逻辑："我们发现波动性可以通过移动平均的方式来描述。我们在交易中应用波动性的原因是——告诉我们仓位应该有多大—— 一方面在困难的时候避免麻烦，另一方面在顺利的时候赚大钱。"

ATR 是优秀的交易系统设计者的一个不可或缺的工具，它能够称得上是技术指标中的一匹真正的劲马。每个系统交易者都必须熟悉 ATR 及其具有的许多有用功能。它的应用十分广泛，其包括这些方面：参数设置、入市、止损以及获利等，甚至是资金管理中的一个很有价值的辅助工具。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

ATR 就是一个评价市场价格运动的通用指标，并且是一个真正的自适应指标。可以举一个例子来解释这些特征的重要性。

若我们计算一下大豆在两天内的平均价格波动幅度，假设是 600 美元；欧元合约的平均价格波动幅度可能是 3000 美元甚至更多。假如我们要建立一个交易系统分别为大豆或欧元设置合适的止损水平，那么我们会看到这两者的止损水平是不一样的，由于两者的波动性不相同。我们可能在大豆上设定 850 美元的止损水平，而在欧元合约上是 4000 美元。假如我们要建立一个能够同时适用于这两个市场的交易系统，我们无法在这两个市场上让用美元数量表示的止损水平相同。850 美元的止损水平对大豆而言是合适的，然而对欧元而言可能太小了；4000 美元的止损水平对欧元而言是合适的，但对大豆而言太大了。

现在让我们假设市场条件发生变化，大豆波动性变得较高，在两天之内运动了 1000 美元；而欧元变得很平衡，在两天之内仅仅运动了 1000 美元。假如我们还运用之前的用美元数量表示的止损水平，即大豆的止损水平依然设置为 850 美元，欧元的止损水平依然设置为 4000 美元，则现在大豆的止损水平设置得太近了，而欧元的止损水平又设置得太远了。但是用 ATR 的某一倍数表示的止损水平能适应市场的变化，1.5 倍 ATR 的止损水平将自动调整大豆和欧元的止损水平分别是 1500 美元。用 ATR 表示的止损水平能够自动适应市场的变化，同时不会改变原来的止损标准，新情况下的止损标准与过去的止损标准相同，就是 1.5 倍 ATR。

ATR 当作市场波动性指标具有的通用性和适应性的应用价值不管怎么肯定也不太过分。ATR 对于构建坚实的交易系统来说是很有价值的（也就是说，交易系统可能在未来一样是有效的），并且它们可以不加修改地运用于多个市场。应用 ATR 你可以设计一个既适用于大豆市

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



场，同样也能够在没有任何修改的情况下用于欧元市场。然而，更重要的就是，你能够建立一个系统，它不仅在大豆的历史数据测试中表现较好，它同样也很有可能在未来即使大豆市场变化很大的情况下依然表现较好。

那么，ATR 作为一种入场工具是怎样运用的?

应该记住：入场背景告诉大家不久之后将会出现交易机会，而入场触发器告诉大家现在入场交易。

（1）入场背景。入场背景主要分为波动区间收缩背景、波动区间扩张背景以及回调或反弹背景。

波动区间收缩背景。大多数技术派已经注意到大幅价格运动通常出现在价格平静的横盘整理之后。通过比较短期 ATR 与长期 ATR 能够比较容易地鉴别出价格平静的横盘整理区间，比如，当 10 期 ATR 小于或者等于 0.75 倍 50 期 ATR 的时候，那么就说明近期市场不寻常平静。这则是一个背景条件，它表示着关键的入场时机就在眼前。

波动区间扩张背景。大多数技术派相信非同寻常的价格移动意味着一个幅度巨大的趋势正在形成。波动区间扩张时期恰恰与波动区间收缩时期相反，此时我们要求 10 期 ATR 大于 50 期 ATR，比如 10 期 ATR 大于或者等于 50 期 ATR 的 1.25 倍。

假如你对这两种截然相反的情况感兴趣的话，我们能够比较容易把两者融合在一起。我们寻找的入场机会在何时呢？在波动区间收缩以后紧跟着波动区间扩张之际。

回调或反弹背景。如果我们只想在市场回调的时候买入，在市场反弹的时候抛出。当价格比 5 天之前的价格至少低 3 倍 ATR 的时候，我们就能够让我们的系统准备买入。当价格比 5 天之前的价格至少高出 3 倍 ATR 的时候，我们能够让我们的交易系统准备做空。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

（2）入场触发器。波动性突变。这一理论认为瞬间出现的某个方向的大幅运动说明与该方向相同的趋势正在形成。通常来说，我们的入场规则能够表述为：当价格比上一交易日收盘价高 2ATR 的时候买入，当价格比上一交易日收盘价低 2ATR 的时候出售。这里的一般概念是在平常交易日里价格涨跌不会超过上一交易日收盘价 1ATR，超过上一交易日收盘价 2ATR 的价格涨跌是不寻常的事件，这说明有什么不同寻常的事情发生了。为此我们得出这样的结论：造成价格这么运动的原因是实质性的，一个新的趋势正在形成。

一些波动性突变系统的评价标准以点数为单位，并不是以 ATR 为单位。比如它们认为当欧元比上一个收盘价高出 250 点时，这表示上涨趋势出现。以点数为单位而不是以 ATR 为单位的交易系统必须去不断地调整和优化，才能与市场变化保持一致。可是，以 ATR 为单位的交易系统就不必优化，正如我们之前解释的那样，ATR 值会跟随市场变化而变化。

方向改变触发器。如果我们想在上涨趋势中的回调买入，我们可以把我们上面所谈到的回调或者反弹背景与入场触发器结合起来，后者能告诉我们何时回调或者反弹已经结束。也就是说，它会告诉我们主要趋势何时正在恢复。

这一系列规则能够这样表述：假如现在的收盘价比 40 天移动均价高 2ATR 甚至更多，这表示长期趋势是向上的；而且现在的收盘价比 7 天前的收盘价低 2ATR 甚至更多，这表示我们正处在上涨趋势的回调中，那么我们就会在明天价格比今天最低价高出 0.8ATR 的时候买入。入场触发器表示市场已经从近期低点中恢复上升，回调有可能已经结束，当我们进场之后，市场会再次朝主趋势方向运动。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



四、采用市场过滤法

理查德·丹尼斯交易法运用了一种市场过滤法，称为趋势市场过滤器，只有某一个市场 50 天内的平均波幅超过了 300 天的平均值的时候，即波动就会出现趋势，才能考虑在此市场进行长期交易；而对于 50 天之内的平均波幅低于 300 天均值的市场，只有小幅度波动，就只能进行短期交易。理查德·丹尼斯应用的“趋势跟踪法”属于长期交易，因此他只选择前者——有波动趋势的市场。

前面已经讲过，理查德·丹尼斯运用的是唐奇安通道突破法，当价格达到 20 天最高点的时候而买入；达到 20 天最低点的时候而招聘。有的时候他会运用买入的方式入市，卖出而退出；有时他则采用做空的方法入市，买入而退出，这完全取决于市场表现。

理查德·丹尼斯有两个系统（S1 和 S2）。这些系统决定他的入场和退场。S1 的核心则是告诉当价格到达 20 天最高点或者最低点，是否做多或者做空。

S1 将 4 周的突破当作进场信号，将反向的两周突破作为出场信号。假如一个市场创造了 4 周新高，那他便会买入。假如它创造了两周新低，则他便会退出。两周新低就是 10 天的突破。

尽管 S1 的进场原则比较直观，然而理查德·丹尼斯还有另一个原则，来判断是否要接受这个 4 周突破。此原则称为过滤器，其目的就是提高 4 周突破信号的概率。

过滤器原则：假如过去的 4 周突破信号是赚钱的，那么他就忽略 S1 的 4 周突破信号。即使理查德·丹尼斯没有采用过去的 4 周突破信

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

号，或者那只是理论上的盈利交易，理查德·丹尼斯依然不采用 S1 的突破。但是，假如一个 4 周突破前的交易损失了 2ATR，那么他才运用这个突破。

此外，S1 的 4 周突破方向与过滤器的原则并无关系。假如之前一笔是做空的并且赔钱的交易，那么一个新的做多或者做空突破产生了，理查德·丹尼斯可以运用这个突破并进场。

然而这个过滤器有一个很重要的问题。假如理查德·丹尼斯错过了这个进场的突破（由于之前一笔交易是盈利的），结果错过的突破则是一个超级大的趋势，那该怎么办？如果错过了大行情就会大大地影响到其收益，这样的话就非常不好。

假如理查德·丹尼斯错过了 S1 的 4 周突破，结果趋势依然在发展，他可以运用 S2 的 11 周突破。S2 就是为了防止他错过了大趋势。

S2 是理查德·丹尼斯的长线交易系统。它将 11 周（55 天）突破当作进场信号，将 4 周（20 天）反向突破当做出场信号。

五、应用双向交易策略

双向交易就是一种策略技巧，它是指交易者同时在多空两个方向对一个商品或货币做单，趋势明显之后便平掉对交易者不利的一个方向的单子，而另一个方向的单子若趋势发展如交易者所预想的那样，不但会弥补不利的单子的亏损，而且会给交易者带来利润。

在期货市场上，理查德·丹尼斯两面下单，他既能够通过做多来赚钱，又能够通过做空来获利。

理查德·丹尼斯在谈到亏损的时候说：“讨厌风险就等于入错了

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



行。”秘诀就是如何应付赔钱的仓位，而不是盈利的仓位。处理亏损的交易（理查德·丹尼斯称为错误的仓位）能让交易者等到盈利的交易(大趋势)。这就是为什么进场价这么重要。

理查德·丹尼斯与沃伦·巴菲特的买入价值正好相反。他会这样说："我想在上升或者下挫的市场中买入或者卖出，由于市场会继续上升或者下挫。”假如市场上升了，那是非常好。假如市场下挫，那也是非常好的。理查德·丹尼斯期望可以双向获利。

那么，理查德·丹尼斯是如何做到这一点的？他在突破的时候入市做交易。突破就是市场——任何市场（玉米、黄金、日元等）——突破了最近的最高点或者最低点。假如一只股票或者期货合约突破了55天并且上扬，这意味着现在的价格是之前55天的最高价，理查德·丹尼斯就会买入。

假如一只股票突破了55天并且下挫，这意味着当前的价格是之前55天的最低价，理查德·丹尼斯就会做空，期望市场下挫而获利。这个简单的入市原则没有任何特别的地方。从理论上来讲，理查德·丹尼斯期望在上升的时候买入，在下跌的时候卖空。

那么，怎样理解华尔街的交易员那种低买高卖？理查德·丹尼斯恰恰相反！与专业交易员与新手都不太一样，理查德·丹尼斯的目的就是通过在下挫的市场卖空而获利。他对做多或者做空没有任何偏见。

尽管突破是入市的理由，然而突破不代表趋势就会持续下去。让价格的波动主导方向，心里要懂得价格随时会改变方向。假如市场是震荡的，那你就会发现突破入市产生了太多小亏损。

几十年以来，伟大的交易者都是依靠价格生存。假如交易决定比简单的价格复杂，则这样的交易决定必然是有问题的。理查德·丹尼斯知道想做得更好是非常难的："纯粹的价格系统就能让你了解价格在上升，其他方法可能让你赔钱。”

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



也就是说，你应该珍惜在下挫的市场做空获利的机会。不只是理查德·丹尼斯会做空，其他人都做得非常好。

六、买强卖弱交易方法

假如市场信号忽然出现，理查德·丹尼斯总是在最强的市场买进，在最弱的市场大量地做空。同时，他也会仅仅在一个市场上建立一个单位的头寸。比如，理查德·丹尼斯会挑选最强的具有很大的成交量和流动性的合约月份，并不是同时买入二月份、三月份以及四月份的原油。这是非常重要的！在相关的一组中，最好的多头头寸是最强的市场（该市场在同一组中几乎总是要胜过较弱的市场）。反之亦然，空头方面最大的盈利交易来自于相关一组中最弱的市场。重要的是持有在最强的市场（或者合约）上多头头寸，在最弱的市场（或者合约）上持有空头头寸。

理查德·丹尼斯在谈及强的品种与弱的品种："假如大豆上涨了 10 美分，玉米下跌了 5 美分，我们买入大豆。有的人认为要买入玉米，由于玉米会追上大豆的。我们正好相反，我们会买入最强的品种并卖出最弱的品种。"

理查德·丹尼斯用很多的量化标准来确定市场的强弱。最简单、最常用的方式则是查看图表，通过视觉检查并了解哪个板块"看起来"比较强（或者比较弱）。理查德·丹尼斯便会确定价格从突破之后已经上涨了几个 ATR，并且买入波动最大的市场（以 ATR 表示）。或是他会从现价中减去三个月前的价格，接着除以现在的 ATR 值获得所有市场的标准化数据。最强的板块为最大值，最弱的市场为最小值。这些

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



方法中的任何一种都有很好的效果。重要的是持有在最强的市场上多头头寸，在最弱的市场上持有空头头寸。

理查德·丹尼斯说："假如你在小麦走强时买入小麦，同时小麦比大豆高5个点，为何你不直接做空大豆，以免卖出你刚买入的小麦呢?(做空大豆不是由于大豆的价格低，而是由于大豆在走弱。)"事实上，"买强卖弱"的方法现在也让交易者迷惑不解。他与直觉上的低买高卖是相反的。

理查德·丹尼斯的交易方法就是买强卖弱，此方法使得他有信心。他的心里十分明白，假如他的方法对大豆与玉米有用，则对黄金、股票以及任何市场都有用。

在期货市场，除了资金管理以外，买强卖弱就是一个重要的法则。走势强劲，做多买入。走势疲弱，做空卖出。这则是期货的魅力，双边交易，不像股票那样，只能先买入后卖出，很难做空。秉持在买强卖弱这个原则会大大地提高你的收益，降低风险!

七、运用逆向思维交易方式

理查德·丹尼斯是商品期货交易的传奇性人物。他是在市场行情下跌到底部时大量持有多头头寸，而在市场行情上涨到顶部的时候，大量持有空头头寸。这种逆向思维交易方式才让他能掌握盈利的时机。

理查德·丹尼斯认为，对于一个交易者来说，最大的错误莫过于错失盈利的时机。据统计，他有95%的利润仅仅来自于5%的交易。也就是说，假如理查德·丹尼斯不能准确地掌握盈利的时机，他可能就是一个失败的交易者。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



理查德·丹尼斯善于运用逆向思维方式，并巧妙地站在了几乎每一个交易者的对立面，这听起来有些让人无法理解。当市场在某一价格区域进行盘整或者筑底以后，技术图形上一旦有所突破，通常是大胆地跟进，这是期货交易者惯用的投资技法，而不是去冒险抄顶或者抄底。

逆向思维就是在期货交易过程中，持着与市场主流观点相反的观点进行交易。背市场主流而逆向操作，的确很难操作，特别是市场主导思想与基本面相吻合的时候。

实际上，期货市场是一个零和交易，如果考虑到交易手续费恐怕还是负和交易，大部分人都是赔钱的。期货价格通常会选择少数人认同的路去走。所以"逆向思维"在期货投资中尤为重要，大多数人都看空的时候，试想做多的利润就会有多大。期货交易者一定要战胜自我，改掉大多数市场参与者改不掉的习惯，克服人类天生恐惧的本性，进行逆向思维操作，必然能够得到超常的回报。

在大多数情况之下，大众的观点通常与市场走势相反，真理往往掌握在少数人手中。

举一个例子来说明逆向思维在期货市场中的作用。比如，1998年，美国中西部遭受特大旱灾，谷物与大豆价格暴涨。很多市场参与者普遍都认为玉米带燥热的天气还要持续一个阶段，大多数交易者买涨情绪高涨。当日收盘之后，美国国家气象局预报说，玉米带在以后6~10天还会持续高温。多头心满意足地回去度周末，芝加哥交易所"当地"的交易者也做多，这在历史上是非常罕见的。第二天清早，天气预报发生了一些微妙的变化，更糟糕的是，市场心理突然陡转直下：谷物与大豆因干旱而造成的大幅减产的利好消息早已经被市场消化，尤其是上个交易日出现的暴涨行情，已经将利好的因素消耗殆尽。结果玉米与大豆当天跌停，此后连续3天出现暴跌。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



可是其中一位交易者却运用了反向操作：在价格暴涨过程中，他买入玉米的看跌期权，可是这不是在抄顶吗？是的，从技术角度来看是在抄顶。其实这位交易者运用了逆向思维，通过购买期权减少了市场的风险，从而获得了巨额的利润。

我们也不妨运用一下逆向思维。逆向思维的首要条件就是要掌握大众的想法。这就需要仔细考察一大堆的新闻与汇评，我们不难从中十分准确地看出人们对期货市场的看法。但如果本来就对期货市场有自己强烈的感受，有自己的判断，你就会很容易对大众的想法产生误判。你自以为已经掌握了大众的想法，然后运用逆向思维去交易，其实只是在印证你已经存在的对期货市场的看法。因此，需要待以时日来养成逆向思考的习惯，一旦养成习惯，你看行情就会克服人性的弱点，更为客观了。

需要指出的是，逆向思维适合于趋势反转，市场在长期趋势下，意见较为统一。但越是此时，越要多看一下评论，大众的观点越是统一，趋势反转的时刻就要来临。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第三章　理查德·丹尼斯的交易规则

理查德·丹尼斯说，如果是运用已经设计好的交易系统，并不需要太聪明的人，智商不是关键因素："优秀的交易者用尽心思地去开发他们的系统，然而在执行系统时必须傻乎乎地执行。你要运用不同的精神状态。拼命地将系统做好，接着要麻木地执行系统。假如里根总统有一个好系统，他就可以成为伟大的交易者。"

他指出："遵循好的交易规则，不让恐惧、贪婪以及希望干扰你的交易，这是难以做到的。你在逆流而上，而你违背的就是人性。"

他认为，交易成功的核心要素就是规则与执行力。交易者应该遵守规则并在必要的时候行动。如果你犹豫不决，那就会被零和市场所吞噬。

理查德·丹尼斯交易规则能够成功并不在于此方法的精准，而在于该规则在资金管理和交易策略方面的严格、呆板、细致，讲究的并不是如何提高准确率，而是如何频繁犯错但不犯大错误、不因许多小机会的失败而错过大机会，它真正的核心在于交易规则的设立，在相当程度上摒弃了造成其他人在投机交易中不断犯错的人性弱点。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



一、将成功的交易技术简化为一套规则

理查德·丹尼斯说："我有一个从高中时代开始就是朋友的合伙人。我们两人通常意见不一致，其中有一个争执是，成功交易员的交易技术是否能够简化为一套规则（这是我的看法），还是每一个成功的交易员都具有一些无法言喻而又神秘的特质。我们通常为此问题争论不休。最后我发火了，说：'我有方法能够一劳永逸地解决这个问题，我们找一些人来培训，然后观察培训的成果。'他同意了我的方法。实话来讲，这套培训计划是一项实验。我们力争将我们所知道的交易技术传授给他们，我也设法将我所知道的一切进行规则化。实验的结果证明我是正确的，我并非自夸，这套培训计划的成效的确惊人。"

理查德·丹尼斯认为，假如交易者不人云亦云，或者能够独立思考，那么他就会赚大钱并战胜市场，这是可行的。大家都有机会在市场中获胜，可是他需要正确的规则与态度。正确的规则和态度与人的本性恰恰相反。

理查德·丹尼斯的含义是："你没有什么特别的地方。你没有比市场更聪明，因此还是要遵守交易规则。不管你是谁，或者你是多么聪明，你也是不值一文。如果你遇到了同样的问题和麻烦，你必须遵守交易规则。"

大多数交易者，一进入期货市场，便抑制不住交易的冲动，频繁地交易，为什么？其中一个主要因素就是：交易者对账户的支配权太大了，并且交易非常容易，一单击鼠标就能够完成。想一想现实中的交易，或是业务往来，都会受到很多外在因素的制约，你会再三地思

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



虑，然而期货市场的交易，一闪念间就能够完成。

交易太过于自由化以及人性的情绪化特征，这是大多数人交易失败的根源。那么，如何解决这个问题呢？只有制定规则，只有建立有约束的交易机制。没有约束，就可能胡乱地操作，“没有规矩不成方圆”。建立规则，第一个效能就是减少由于频繁交易或是情绪化交易造成的亏损风险。

规则，也就是我们经常所说的交易系统，一个完整的交易系统应该对如下的内容做出明确规定：

（1）入场条件与仓位比例。很多交易系统通常忽视仓位控制，特别对渴望获得暴利的交易者，更需要通过仓位控制来约束自己。暴利思维将会使交易行为扭曲，由于其可能重仓交易而孤注一掷。

（2）止损条件。假如判断错误，就应该止损，止损的根据是什么？什么时候止损？

（3）出场条件，也就是什么时候止盈。

理查德·丹尼斯交易系统是一个完整的交易系统，它包括了交易的各个方面，事实上并没有给交易者留下一点主观想象决策的余地。

许多成功的交易员都应用机械交易系统，这并不是偶然。

一个良好的机械交易系统能够自动运行整个交易程序。对于交易者在操作过程中必须制定的每项决策，系统里均会给出答案。该系统使交易者更容易进行一致性的交易，由于有一套明确说明应该做什么的规则。交易的机械化就是不留给交易者自己加以判断。

自信、一致性以及由彻底检测过的机械交易系统所保证的纪律，是许多能够赚钱的交易者成功的关键。

理查德·丹尼斯说过这样的一句话：“我总是说你们可以在报纸上发表我的交易法则，可是无人会遵循它们，关键在于连续性和纪律。几乎每个人都能够列出一张交易法则的清单，其中的80%与我们教授

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



给我们的学生的那样。他们所不能做的是带给他们自信，甚至在情况恶化时依然坚持那些法则。”

也许，最能证明这个观点的正确性的是理查德·丹尼斯的学生们自己的成绩；他们中间的很多人并没有赚钱。这并不是由于法则不起作用；这是由于他们不能也没有遵循法则。也就是说，这并不是由于法则不起作用。这是由于交易者不会拥有遵循它们的信心。

的确如此，遵循理查德·丹尼斯的交易规则是很困难的，是由于理查德·丹尼斯的交易法则依赖于捕捉相对罕见的大级别趋势。其结果是，两次盈利之间很可能会经过很多个月份，有时候甚至要经过一两年。在这个期间里，就很容易找到理由来怀疑这套系统，从而停止去遵循这些规则。

换言之，理查德·丹尼斯交易系统遵循的是一个长线趋势交易系统，可是大部分交易者却很难做好长线交易。让我们看一看长线交易者要忍受哪些痛苦：一是长线交易系统的准确率比较。比如，在 10 次交易中仅有 1 次是最终可以取得预期收益的交易，而其他 9 次都可能要止损退出，尽管这样长线交易者仍然能保持对交易系统的信心并且长期坚持，而这一点 80%的交易者都很难做到。二是尽管交易者在 10 次中唯一的一次能够做对的交易，但是还通常会出现市场中的某次大幅波动而轻松地吃掉持仓的大部分利润，也就是说，交易者要眼睁睁地看到利润大幅回撤，这就好比有人抢走你的钱而你不能采取行动一样，如此的痛苦谁能承受。因此大约 80%的人就会本能地选择平仓退出。三是长线交易者还面对很明显的逆势短线交易机会也应该放弃，才能保证长线的交易思维得以保持连续性。

成功交易者对于交易规则，躬身力行，从不越雷池一步。普通交易者对于交易规则，有时遵守，有时不能完全遵守。

理查德·丹尼斯指出，如果是运用已经设计好的交易系统，并不需

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



要太聪明的人，智商不是关键因素："优秀的交易者用尽心思地去开发他们的系统，然而在执行系统时必须傻乎乎地执行。你要运用不同的精神状态，拼命地将系统做好，接着要麻木地执行系统。假如里根总统有一个好系统，他就可以成为伟大的交易者。"

理查德·丹尼斯还说："系统交易者的定义非常严格。他们要遵循一套交易规则，建立计算机交易系统，此系统可以告诉你什么时候进场买入或卖出，买卖多少，什么时候退出。"

他强调："遵循好的规则，不让恐惧、贪婪以及期望干扰你的交易，这是难以做到的。你在逆流而上，而你违背的就是人性。"

交易成功的核心要素就是规则与执行力。交易者应该遵守规则并在必要的时候行动。如果你犹豫不决，那就会被零和市场所吞噬。

因此，要想成为一个出色的交易员，你需要付出大量艰苦的工作并具有一种健康的怀疑主义精神。同时，还要对交易规则持有一颗敬畏之心。

二、必须采取科学的交易方法和相同的交易步骤

理查德·丹尼斯作为一名经验论者，他认为，如果交易者没有哲学基础而仅仅是一味地埋头苦干，结果通常是非常危险的。他从不希望自己所做的研究只是储存在计算机中的海量数据。他必须形成一个理论，然后用手中的数据来验证此理论的合理性与正确性。

理查德·丹尼斯说，我的交易风格的结构基础与英国哲学家大卫·休姆和约翰·洛克学哲学的基础是一样的。

也就是说，科学方法就是一套技术，用调查现象，来获得知识，

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



而且修正和整合过去的知识，其基础是观察、经验、可测量的证据以及合理性，包括以下 7 大步骤。

（1）定义问题。

（2）收集信息与资料。

（3）形成前提。

（4）进行实验，收集数据。

（5）进行分析数据。

（6）分析数据，得出结论，形成新的前提。

（7）最后得出结果。

除此之外，理查德·丹尼斯还认为这些问题是相当重要的。他总结了 5 大问题，这 5 大问题涉及最佳的交易。无论何时交易者都应该了解这 5 个问题：

（1）市场是什么状态？意思就是“目前的价格是多少？”假设目前微软的价格为 40 美元 1 股，这就是市场的状态。

（2）市场的波动性如何？交易者应该了解市场每日的涨幅与跌幅。假如微软的均价为 50，而每日在 48~52 波动，那么交易者就明白这个市场的波动为 4。因此交易者要有每天描述市场波动性的术语。假设说微软的 ATR 为 4。波动越厉害，风险就越大。

（3）交易的资金是多少？交易者应该随时了解自己的资金是多少，由于每个规则都跟账户的资金有关系。

（4）系统如何？在交易前应该有买卖计划，交易者不能说：“好，我有 100 万美元，我可以随意地拿 30 万美元进行交易。”交易者必须有一套具体的买卖规则。

（5）交易者对风险厌恶的程度有多大？ 比如说，若交易者的账户里有 20 万美元，是不是要用所有的 20 万美元买谷歌的股票？不能。假如谷歌突然下挫，交易者很快就会损失掉 20 万美元。交易者应该用

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



20 万美元的一部分来赌，由于交易者不了解这笔交易会不会赚钱。小赌（比如，一开始只赌 20 万美元的 2%）能让他每天继续玩这个游戏，同时等着大趋势。

这 5 个问题对交易者来说十分重要。前两个问题是关于市场的状态与波动性，是价格目标。后面 3 个问题是最重要的问题，它们涉及了资金、系统以及风险。它们是客观的问题，无论在任何时候都有用。

也就是说，交易者必须控制好自己手头上现有的资金，目前如何进出，目前冒多大的风险。

同时，理查德·丹尼斯还强调：应当客观地看待波动性，不能用大脑去做交易。并告诉人们："你不要管以前，而是管现在该如何去做。交易者可以按照过去的经验自信地应对波动，然而他不是按照现在的现实做的。"

假如 4 年前你有 20 万美元，现在你只有 4 万美元，你不能还当自己有 20 万美元。你应该按照手头的 4 万美元作决定。

赢家与输家处理利润的方式也不一样。伟大的交易者总是按照自己手头的资金来安排交易。

如果你利用当初的钱赚到了利润，你可以冒更大的风险，由于你在用他人的钱进行交易。理查德·丹尼斯说："这么想当然非常好。亏别人的钱总比亏自己的钱好，是不是？为什么要在乎这钱是谁在用？为什么要在乎现在你在用，如何用？"

比如，你用 20 万美元起步，迅速又赚了 20 万美元。你目前有了 40 万美元。尽管你赚钱了，你不能说："我现在用 20 万美元要冒更大的风险。"

为什么要将自己的钱当作是有趣的或者靠运气赚来的钱？交易者应该把赚来的 20 万美元与原来的 20 万美元一样看待。交易者必

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



须用一样的态度、关注以及纪律。尽管账户变了，但这 5 个问题不能变。

交易者在同样的情况下应该做出同样的交易，不能让个人的感情干预交易。

理查德·丹尼斯举了这么一个例子：如果说有两个交易者，分别是彼德和南希。他们在许多方面都是一样的。他们的风险厌恶也是一样的，系统也是一样的。只有一个小差别：彼德的钱多 50%。然后彼德决定去旅游，当他在南海岸游玩之际，南希赚了 50%。目前他们的钱一样多了。他们的钱是如何一样多的，这没有关系。他们各自的理由都是正确的。

理查德·丹尼斯并不希望他们说："我有一段时间赚了钱，因此我可以做点其他的事情。"他们应该采取相同的步骤。

大多数人赚了很多钱之后就害怕亏钱。他们急于兑现利润，这样他们才会感到安全。

理查德·丹尼斯强调说人性对安全的渴望是不适合交易的："其实起始资金与平仓后账户资金（交易后的资金）的差别是没有实际含义的。你的起始资金是多少？你的平仓后资金是多少？这是记账的事。这与正确的交易是没有任何关系的。"

尽管它们之间没有关系，人们总会犯错误的。他们不是按照现在的钱来决定交易，而是按照过去曾经有的钱做交易。他们想扳本。理查德·丹尼斯如此说道："过去你有多少钱并不重要，重要的是你现在有多少钱。"

假如你开始交易的时候有 10 万美元，而现在只有 8 万美元了，你必须按照 8 万美元做交易决定。假如你只能亏损资金的 2%，那么就是 8 万美元的 2%，不是 10 万美元的 2%。

假如你亏损了，你还要继续进行交易。必须接受风险，并且要管

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



理风险只是游戏的一部分。

为何期货交易者95%是要被市场击败出局，没方法的交易者大多数都死在胡乱的操作中，在期货交易中少数的成功者在不断地重复正确的方法。

在期货交易世界里，自始至终地坚持你的交易策略同样是成功的关键！一种系统性的方法，对方法局限性的深入理解，再加上用来建立交易系统的工具，这三者能够帮助你成为更为成功、更为坚定的交易者。你应该前后一致地去执行你的计划；否则，你的计划是没有任何意义的！

你应该相信自己的方法，相信你在很长时期内运用这些方法赚钱的能力！

三、严格遵守纪律是至关重要的

理查德·丹尼斯说，期货交易关键就是遵守纪律。无论交易好不好，他们必须进行交易。这个趋势跟踪系统极其简单，赚钱的时候加仓，亏钱的时候减仓，要想获得成功，必须遵循公式，不能越轨。

无论入场和退场都形成了纪律，不管市场怎么样，均要严格按照自己的规则或者系统行动。如果是这样的话就能够避免情绪判断对市场决定的影响。

在期货市场，真正赚钱的则属于那些严格遵守纪律的人。对纪律执行得越是残酷，成功的可能性就越高，如果交易者不遵循交易规则，没有强烈的纪律意识，那么他们就会被淘汰！

那些使用不断测试过的交易分析系统的、循规守纪的交易者总是

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



赚钱的。那些缺乏行为准则的人通常不能坚持一贯的交易行为，在操作过程中朝令夕改、三心二意以及缺乏一惯性，就会将所有的盈利机会毁掉。一些好的交易系统的优势需要恒心来体现，如果对一种交易系统和交易计划随意改动或者放弃某个交易系统时，或许这正是这个交易系统要赚钱的转折点，所以保持一种一贯的交易和行为是非常重要的。

有人总结过这样的经验："选组合，细揣摩，敢实践，必修课；定纪律，循规矩，戒赌性，三思行"，虽然十分简单，然而只言片语揭示的却是深刻的投资学理论。前者可以看作是对制订期货交易计划的解释，后者强调的则是期货交易中纪律的重要性。在期货交易中，很多交易者都会被这些问题所困扰，原来的交易计划不能较好地执行：上涨了等着再上涨，下跌了希望再下跌；盈利的时候不愿意平仓，亏损的时候平仓慌不择路。这里就有一个问题，制订出交易计划以后，是否有铁的纪律保证计划的实施呢？期货交易并不是赌博，它是一门投资艺术，必须用纪律来制约。就像行军打仗那样，没有纪律的军队是不可能取胜的。在这个变幻莫测的期货市场中，如果没有铁的纪律，那么就无法保证生存和发展，就无法让自己始终处于进可攻退可守的有利位置，严格遵守纪律的交易者通常才是最终的胜利者。始终遵守你自己的交易计划和规则，这必将加强良好的自我控制。因此，交易者要加强对自身纪律性的培养，是因为期货市场是一个零和市场，假如你不能对自身加强修炼，那么机会就只能在他人那里。这个市场就是大浪淘沙，最后留下的总是不断地加强自我修炼的交易者；否则，终会被市场淘汰出局。

总之，制定了交易规则，就应该严格执行；否则，一切都是空谈，规则就失去了存在的意义。严格地执行自己制定的规则，完全地依靠自律，这是非常困难的，很多交易者曾经或是现在依然缺乏

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



足够的自律，因而他们十分苦恼。在期货交易中，执行非常难，难在靠完全的自律，自我约束。由于人是理性与非理性的综合体，非理性的一面，总是自觉或者不自觉地试图来破坏我们理性的思维。因此我们必须克服这一关，做到严格自律；否则，很难跨入成功者的行列。而在这个过程中，涉及修养，需要时间的积累，需要不断地自我心理强化。

四、不要向下摊平成本

沉迷于从前是一个大问题。理查德·丹尼斯非常讨厌这个错误。亏损的交易者总是想扳本。理查德·丹尼斯说想扳本实际上就是想报复市场。

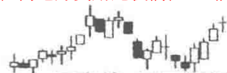
如果说你在大豆上亏了钱。那个市场就伤害了你。你不懂得专注于最好的交易机会，只是考虑如何通过大豆扳本。假如你只是考虑大豆的仓位，结果造成你更大的损失。理查德·丹尼斯认为这是记忆错误，就会造成灾难。

交易者必须明白，不要关心哪个市场在本月或者本年赚了钱，也不要关心哪个市场赔了钱。只是接受任何市场所提供的趋势。

亏损也是如此。假设交易者在亏损很小时就退出，由于他不了解要亏损多少，只好退出。交易者不能看着当初的小亏损说："我本来有10万美元的期货合约，现在只有9万美元了，我准备再买入1万美元的期货合约，由于它现在价格更便宜了。"

理查德·丹尼斯认为，向下摊平成本就好比是一个小孩被火炉烧了，结果你将他的手又放到火炉上来证明是火炉的错误。假如亏损之

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



后，市场又一次发出入市信号，他们还要入场。期货交易大王保罗·都铎·琼斯用一个例子很好地说明了此道理。

在琼斯的一笔最好的交易中，他看见了入市信号，于是他入场了。结果对交易不太有利，他损失了2%，逼他退出。突然入市信号又出现了，他很难拒绝，他又入场了。接着又损失了2%，迫使他又退出。在此过程中连续发生了10次以上，最终他才跟上趋势。最终大趋势所获得的利润能够弥补了所有假信号的损失，结果他还赚很多。要想实现这一点，应该牢牢地遵守规则。

大家喜欢摊低成本，结果也是赔了钱。即使将要死了，他们也不明白什么是正确的。用平摊的方式下单，可能造成更大的损失。比如，当你用7万美元做多头买入期货合约，结果市价下挫，你又用6万美元买入企图将平均价拉到6.5万美元的水平，实际上，假如市况到5.5万美元的水平，则你就会导致双倍的损失。

五、不要去预测市场的动向

理查德·丹尼斯认为，不要去预测趋势什么时候结束。这是不可能的。

他举了这样一个例子，来说明市场波动迅速，本来应该买进，结果错失了时机。目前，他们等待回调。当他们等着更便宜的买入机会的时候，市场上涨得越来越高。理查德·丹尼斯说："这时候觉得价格很高，不敢买入是合理的。假如你现在买入了，你又会觉得不太高。这点相当重要。"

不要等到回调。统计学并没有证明等回调的好处。假如你在8美

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



元买进大豆，接着价格上涨到了 9 美元，你必须在 9 美元加仓，而不是等待它回调到 8 美元。或许价格再也不会回调到 8 美元了。

假如谷歌的股价到了 500 美元，便出现了买入信号，你该如何去做？应该买进。只管上车。理查德·丹尼斯总是这样说，一旦你持有了仓位，你是依据一个理由持有的，那么你就继续持有，一直到这个理由消失了为止："你要有交易的策略，了解其原理，并且跟随它。"

可是这种思想也有相反的一面。比如，在 2006 年 11 月 22 日周三，谷歌的开盘价超过了 510 美元。5 天之后的 29 日，谷歌的价格下跌到了 483 美元，这意味着谷歌几乎下跌了 30 点。当它的价格上涨到达 510 美元时，你如何知道它是上涨，还是下跌？你什么都不了解。你该如何做？只有让价格告诉你如何做。

理查德·丹尼斯从来不去预测市场的走势，而是去寻找市场处于某种特定状态的指示信号。这是一个重要的观念。优秀的交易者不会试图去预测市场下一步会如何；相反，他们会观察指示信号，判断市场目前处于什么样的状态之中。

"趋势是你的朋友"这是一些经验老道的交易者不断重复的一句话。这也是期货交易的一条必由之路。

理查德·丹尼斯认为，重要的不是去预测市场的走势和起伏，而是跟随趋势走。大多数交易者都建议跟着市场发展的趋势走，也就是随市场的大流走，跟随这个趋势行动，一直到这一趋势结束，一些经验丰富的交易者的忠告：不要对市场说三道四，发表一些意见，市场发展的大势就是你的朋友，你跟随趋势去交易，让市场告诉你应该向哪个方向走。一位著名的期货交易者曾经说过，当市场形成大的趋势的时候，正是赚钱的时候；当市场向岔道发展的时候，你是赚不了大钱的。那些相信市场和预测市场的交易者最终会成为市场上的失败者。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



六、应该顺势而为

理查德·丹尼斯说，我的主要交易策略就是顺势而为。虽然这个策略听起来很简单，然而它却是交易策略的重中之重。你能够运用很多方法进行交易，前提是每种方法都应该服务于顺势而为。

绝不要一厢情愿地以为某一价位是高价区与低价区，自以为是地“逢高卖出，逢低买进”，抄底、摸顶都是非常危险的，理查德·丹尼斯认为能判断对的只是市场可能走的方向，但向某个方向到底走多少得由市场去决定。理查德·丹尼斯偶尔也破例试一试抄底或摸顶。

1973 年的大豆牛市中，大豆连续十日涨停是常见的事，但许多交易者认为连涨四五天已经不可思议了，而理查德·丹尼斯宁愿在涨停板处买入，顺势而为，并让利润充分增长。

大豆交易以后，理查德·丹尼斯曾有过两次逆市操作，结果却使他更坚定了对顺势交易的体会，决心摒弃逆市行为。

1974 年，理查德·丹尼斯在 60 美分的高价位卖空期糖。入市之后，期糖继续走高，最高涨到 11 月的 66 美分才转头向下，七个月以后跌至 12 美分之下。此单的利润数以千万计，然而当初的逆市经验并不愉快。

在期糖的熊市期间，他又在 6 美分的价位尝试买入，但是经验苦不堪言。前次的巨额利润竟不抵此番的亏损，两者综合来计算，出现了巨大的亏损。原因在于期货合约的溢价。在期糖的熊市阶段，远月的合约高于近月，当临近交割月须换月买入远月合约的时候，可能要付出 1 美分的溢价，假如以 4 美分卖出三月合约而以 5 美分买进七月

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



合约。七月合约到期之前，类似亏损再次发生。逆市买入期糖合约，每次转期均要付出额外的溢价，只是增加损失，造成两边失利。理查德·丹尼斯告诫要避免逆市交易，强调顺势交易。

在多年的投机生涯中，理查德·丹尼斯出尽风头，给人的感觉是往往可以在最低点买进，然后在最高峰反手卖空。实际上理查德·丹尼斯认为此类买卖得益不多，他积聚的巨额利润，并非依赖准确地测中大市顶点或者底部。

理查德·丹尼斯说："大部分人不懂得有风驶尽帆的策略，他们急于将利润套现，举例说，大豆收盘前已经涨停板，其他人虽然相信次日可能大涨，但仍然不能抵抗将利润套现的诱惑，而我则愿意在涨停板价位继续买入。"

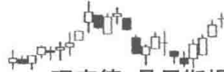
可以说，理查德·丹尼斯深信赢钱要赢到尽的道理，有风时不晓得驶尽帆，是普通交易者犯的最大毛病，事实上，一方面一面倒的大势，可遇不可求，捉到鹿而不懂得跺脚，注定要失败；另一方面要防范过于固执，以致市势已经逆转时，尚一无所知。

据他自己说，赔的钱超过摸顶抛空下来赚的钱。所以逆势的结果仍然得不偿失。做单要顺势，势越强，越容易赚钱。他在交易所现场当交易员，主要是靠跟市场走赚钱。很多人有了利润总是急着离场，甚至在市场涨停板时也急着获利出场，生怕赚到的钱泡汤，这时候，理查德·丹尼斯总是把单子接下来，第二天总是赚大钱。

理查德·丹尼斯总结出：第一，要顺势买卖，市势显示可靠的趋势是先决条件；第二，要坚守原则；第三，无论以什么分析制度作为买卖基础，必须跟随大市趋向。换言之，要确定自己是顺水推舟。

理查德·丹尼斯认为最有效的就是"规则"："其他很多不能奏效的东西大多数都是人们的判断。看起来，比判断更为有效的好像就是规则了。你不可能在早晨一觉醒来之后就告诉自己说：'我希望凭直觉预

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



测市场的变动。’说实话，人们的自我判断实在是多得过头了！”

虽然理查德·丹尼斯能够准确地判断出盈利的最佳时机，但他的很多自我判断也经常会令他的交易活动陷入败局。回顾过去，理查德·丹尼斯总是把这归咎于他在交易场中度过的时光：“在交易场中活动的人通常都是一些很糟糕的系统交易者。每个人的看法都不一样，但是你可以直接观察到他们对价格起伏做出的反应。”

理查德·丹尼斯交易方法的精髓其实非常简单——抓住每一个趋势。“你的大部分利润可能就来自两三次成功的交易，因此不要错过任何趋势，否则你全年的努力可能都会化成泡影。这非常简单，也很容易理解，只是不容易做到。在我看来，当我们开始实际交易的时候，我们的特殊方法的细节并不是那么重要，更重要的是坚定不移，不错过任何一个趋势。当我们将真金白银投入市场的时候，这些简单的概念是极易被抛在脑后的。”

也就是说，顺势交易就是指交易者必须依赖于某种“趋势”才能获得巨额的收益。只有当市场开始发生变化时，顺势交易者才会追随市场上的变动趋势，制定自己的交易决策。不管现在的趋势是上升还是下降，为了让自己的盈利更加可观，顺势交易者都必须尽可能多地把握住市场中的趋势。

通常来说，期货交易就是顺势交易必须放首要的位置，在顺势交易的基础上，一种就是关键点突破法，一段时间市场的高点或者低点突破了，你就进场，由于一般情况下就是这样的，市场如果说价格走势接连突破了好几个月的高点或低点的话，通常这种市场趋势会得以延续，这种概率是很高的，第一个就失败了这一块，可是假如在空头市场的情况下，你严格地按照这个做成功的概率还是很高的。你不要看这里面价格波动似乎是一小段的，一小段的，不过，你要吃住这一小段，其实很小的一段你的利润回报都是很可观的。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



理查德·丹尼斯还认为，交易者应该对趋势有自己的判断，在此基础上，你才可能做到顺势。做到“顺势”，必须解决下面三个问题：

（1）固定趋势判断周期。任何的趋势判断都应该以一定的交易周期作为前提。有的人看 5 分钟线交易，有的人则看 30 分钟线交易，还有的人看日线或者周线交易。不同的周期级别所得出的趋势判断是不同的，有时候甚至是相互矛盾的。有些书上说：短周期必须服从长周期。而理查德·丹尼斯认为，这里并不存在谁服从谁，也没有对错之分，关键在于：交易者应该明确适合自己个性的趋势判断周期，而不能忽长忽短。

（2）确定趋势判断方法。对趋势判断必须有具体的方法依据，而不能用头脑来判断。简单来说：趋势逆转的判断根据是什么？如果这个判断依据并不成立，那么当前的趋势仍然延续。这种判断方法应该相对清晰，而不能太复杂。交易是艺术而不是科学，因此没有“完美而精确”的方法，但交易者应该要有一个方法来约束和参照。对于趋势，有三个基本理念必须强调。也就是说，新趋势的酝酿需要时间，并不是一日长阳或是长阴所能够逆转的；一旦确立，便会延续一段时间；趋势的推进是曲折的，并不是一条直线。为此，根据这三个理念的趋势判断方法，面对 V 形反转，通常会失效。也是由于趋势的推进是曲折的，所以交易者应该对趋势演绎途中的正常回调或者反弹，保持宽容与接受。

（3）必须明确应对的策略。针对不一样的趋势状态，应该有一种明确的应对策略。也就是说，在操作层面如何“顺”势。趋势基本有着两种状态：趋势行情（多头或者空头）以及盘整行情。理查德·丹尼斯的主要策略则是：重点操作趋势行情，回避盘整行情。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



七、坚持止损原则

理查德·丹尼斯说过："每笔交易都必须设置止损点，这是及时逃命的唯一方法。"

他认为，止损对于交易者来说，是一系列交易程序的重要一环，没有任何个人感情色彩，虽然壮士断臂，但却非常自然。不善于止损，如果一次巨大的损失，便足以输掉以前 99 次的利润，因此严格执行止损，才可能在期货市场长期生存。

前面已经讲过，理查德·丹尼斯运用以 ATR 为基础的止损来避免净值的巨额亏损。运用 ATR 作为止损位，以概率为基础。由于 ATR 是一段时间波动的均值，以此为止损基础就能够过滤掉市场的合理波动，只是对超出平均波动水平的反向突破反应，极大地增强了系统的波动忍耐度，降低了被一定范围内的随机波动洗出去的可能性。所以，ATR 这个指标是相当有用处的，它能够代表不同的市场以及不同周期的波动水平。

理查德·丹尼斯有两个基本的止损或者退出：一是 2ATR 止损；二是系统 1 或者系统 2 的突破退出。

在两者之中只要实现一个条件，就必须退场。也就是说，无论是哪种情况，碰到了止损点，就要止损。比如，理查德·丹尼斯正在交易一个市场。很快他的 2ATR 止损点到了，他就要退场，并接受小的亏损，那很简单。另一方面，也许理查德·丹尼斯刚进场，大行情就启动了。超级行情不是上升就是下降。如果是这样的话，使用系统 1 或者系统 2 的突破止损可以帮助他兑现利润。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



理查德·丹尼斯还说，为什么我们应该预设止损位呢？由于每一次具体的进场、退出交易决策，都是根据概率优势，没有百分之百。或是，我们可以列出这样的公式：70%~80%的概率优势 + 止损 = 100%。

所以说，学会止损，是期货投机的一项基本功。美国期货界有一个有用而且很简单的交易法则，称为“鳄鱼法则”。这来自鳄鱼的吞噬方式：猎物越是挣扎，鳄鱼的收获就越多。如果一只鳄鱼咬住你的脚，并等着你激烈地挣扎。假如你用手臂企图挣脱你的脚，那么它的嘴巴就会同时咬你的脚和手臂。你越是挣扎，就陷得越深。因此，假如鳄鱼咬住你的脚，一定记住：你唯一生存的机会就是牺牲一只脚！如果用市场的语言表达，这个法则就是：当你知道自己犯错误的时候，就要马上了结退出！不能再找理由和期待，千万不要有任何的侥幸心理！

在期货交易中，如果交易者不愿意或者不善于止损，就有可能造成致命性的后果。尽管是明确的多头趋势，如果途中产生一个大幅度的回调，就足以将你账户爆仓，这就是杠杆效应。

必须指出的是，止损是讲究科学方法的，并不是随意地止损，必须尽可能减少“不必要”的止损操作。毕竟止损必将会造成直接的资金损失。

最后理查德·丹尼斯还指出：“习惯于回避亏损的交易者根本就不该入这一行。”成功的“秘诀”在于交易者在持有错误的头寸时应采取什么对策，而不是在持有正确的头寸时应该如何做。只要能够灵活地处理亏损的交易（理查德·丹尼斯所谓的“错误头寸”），交易者才能等到赚大钱的机会（“正确头寸”）。这就是入市价格起作用的唯一因素。

因此，如何设置止损便成为关键。

制定止损规则有两个要素，它们是时机与幅度。对于不同的交易

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



者来说，因为存在不同的交易品种，不一样的风险偏好，以及不同的行情阶段，止损策略的时机与幅度都有所不同。一个合适的止损策略必须是满足两个要素之一的情况下就必须及时止损。通常来说，当权益波动达到预先设定的止损幅度的时候，交易者就必须坚决止损。而对于时间止损来说，当行情持续震荡的时间超过了你预先设想的突破时间之后，就必须及时止损离场。相对于幅度止损来说，时间止损更加重要，由于时间并不会因为其他因素而改变，而资产的波动率是在不断地发生变化。

一般来说，设立止损有以下两种方法。

（1）设立止损点。

比如，某些品种，你要想买入，就应该要先设定自动止损价位才能下单。

①当价格跌幅达到一定比例的时候。比如，跌幅达到 50~100 个点就要砍仓，也能够将比例大小按照市场状况和自身心理承受能力而设定。

②时间止损。大多数时间里，我们通常只关注于空间止损，也就是幅度达到预先设定的止损点。但是事实上，我们可以按照交易周期来设立止损时间。比如，我们预计 5 天之内资产即将产生一波行情，所以我们把止损时间设为 5 天。当价格徘徊超过 5 天的时候，就证明我们预先判断是错误的，而且错误的可能性会变大，所以必须坚决地平仓观望。这样就减少了持仓事件过程而带来的机会成本。

设立有效的止损，能够避免由于一次错误的交易决策而血本无归。

（2）设立移动止损点。

在完成预先设立止损点之后，只要品种价格按自己所预期的方向去发展，就可以将止损点抬高，甚至能够抬高到你盈利的点位，记住，必须要在止损点的那个位置做出改动。由于你有可能不了解你所预期

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



的方向究竟有多少个盈利点，应用此方法，就能够保证你已经获得的盈利点锁定在你可以控制的价位点，并且还不会错过获得更大盈利的机会。比如，PTA1201 在 8900 的价位上你买入，预设置自动止损点为 60 点，假如它在你买入后就上涨了 40 点，你就果断地将你的止损位改在你买入价格的 20 个点，这样就算回调下来的话，你也能够保证此笔交易有 20 个点的利润所得，比你再将这个品种止损平仓划算得多。但假如它持续向上涨，你再跟着价格继续上调你的止损位，必须注意，此时已经有盈利的保证了（这时候已经将止损价位转变为止盈价位了，只不过这个止盈价是设置在止损的位置上），这样逐渐上调你的止损位，只要在现价点数以下的几个点就可以锁定你既得的利润，不会由于你没有及时平仓而损失了已得利润而后悔。

总的来说，止损的设立以及跟随趋势的发展逐渐调整止损位，就是一门艺术。止损位设立得过远或者过近均会造成不良的后果。交易者需要在初战中不断地去探索，找到能够适合自己性格的止损设立方法。一旦形成交易计划，设立好了止损，就只能顺势移动，绝不能反向移动。非常重要的就是，一旦止损位被触及就必须坚决执行，必须克服人性的弱点，做到知行合一。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第四章　理查德·丹尼斯的技术分析法则

理查德·丹尼斯是著名的技术交易者，他分析行情主要以技术分析为主，不是研究基本面的。与基本面分析师不同，他不太关心影响市场的“全局”因素，而是把注意力集中于特定金融工具的市场活动。

理查德·丹尼斯如此说道：“实在没有每天去研究《华尔街日报》的理由。技术交易者是需要实战的，交易者不必成为知名的气象学家，不必成为地理政治家，不必成为经济学家，也能够做好交易。”

理查德·丹尼斯通过历史的价格波动或者技术分析来判断期货的价格，而不是运用基本的经济分析。正如他所说：“假如投资的方法就是买入并持有，或者听从基本面的分析，那么你会知道结果是什么的。”大多数人无法接受这个逻辑。交易者希望运用合理的、复杂的基本面去赚取大钱。

换句话说，理查德·丹尼斯的交易依据纯粹就是技术分析，实际上它就是“四周规则”的一个变形，称为“非对称的价格轨道线突破”。在每日的日线上，将以前20个交易日中的最高价与最低价分别标出来，然后将它们连接起来，便形成了一个价格轨道。假如价格往上突破上轨道线，就建立多头头寸；如果价格往

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



下突破下轨道线，就建立空头头寸。同时，画出以 10 个交易日为周期的价格轨道线当作平仓依据；当处于多头部位的时候，价格往下突破 10 天轨道线的下轨道，就多头平仓；反之亦然，就空头平仓。

一、以技术分析为主，并不看重基本面的分析

理查德·丹尼斯是著名的技术交易者，他这样说过："我们交易的则是大众心理。我们并不是在交易玉米、大豆或者标准普尔股指期货。我们交易的就是数字。"

"交易数字"是理查德·丹尼斯对期货世界的提炼，也就是不要受到情绪的影响。他这样做的原因是他"一开始认为消息就是真相，价格就是表象；然而后来他才弄清楚了价格是真相，消息只是表象。"

理查德·丹尼斯的前提条件就是，大豆价格反应速度比大家吸收和消化消息的速度要快。他在 20 多岁时，他就懂得依据消息做出决定是错误的。

假如说依据新闻、消息以及财经报道就能够获得成功，那么任何人都能够赚大钱。理查德·丹尼斯非常坦率地指出："对交易者而言，谷物的收割量、失业率以及通货膨胀，这些东西都是很虚的。它们不能帮助你做出价格预测，它们仅仅可以解释市场过去的行为。"

这个伟大的交易者在芝加哥交易大豆 5 年之后才了解到大豆长什么样子。他开玩笑地说，假如天气发生变化，我的交易行为也会有所变化："假如大豆区下雨了，这只是意味着我将要打伞出门。"

这个观点进一步地说明基本面分析的弱点："基本面分析是不能让

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



你赚钱的。你必须通过买卖赚钱。既然你能够弄清楚价格的真相，为什么还要去研究表面现象呢？”

对于标准普尔500股指期货引用的500家公司来说，怎样去研究它们的资产负债表以及各种报表？怎样去研究大豆的各种基本面？理查德·丹尼斯根本做不到。他认为，尽管他做到了，这些知识也不会告诉他什么时候买入，什么时候卖出，数量又是多少。

假如看电视能让大家预测将来，哪怕是一小点。但是理查德·丹尼斯认为这是极其荒谬的。他说：“假如世界就是如此样子，那么我一定会有麻烦了。”

理查德·丹尼斯完全不同于“低买高卖”的华尔街标准交易策略，他通常是突破之后买入或卖出，并且对多头还是空头没有任何偏好。尽管价格突破是入市的原因，然而不论怎么样理查德·丹尼斯都不会把它理解为目前的趋势会持续下去。正确的交易理念是将价格变动作为向导，还必须牢记：价格随时都很有可能产生变化，并且很有可能往相反的方向变化。假如一个市场反反复复不断地变化，你就会看到理查德·丹尼斯出现很多小的亏损，由于他都在等着一个可能代表大趋势的价格突破出现。

总而言之，最好的交易策略就是仅仅依据价格决定进场或者退场，任何比这更复杂的交易决策均会产生问题。理查德·丹尼斯认为无法再找到其他更好的交易策略：“纯粹的价格体系是可以帮助你成功进行交易的最好策略，对价格体系的任何偏离都会让你承担更大的风险。”

理查德·丹尼斯还说，既然你已经了解到价格是交易决策的最关键因素，那么就不必再关注电视财经节目了。不要看那些没有用处的金融新闻。目前你已经明白了如何做出交易决定，不要去看电视和那些财经新闻。开始记录你所注重的市场的开盘价、最高价、最低价以及

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



收盘价。这些数据是你做出交易决定的关键数据。

理查德·丹尼斯还强调："大多数人误认为只看重基本分析，而技术分析就无关紧要。实际上，它们两者的重要性不分上下。"

有一个财经记者问理查德·丹尼斯："你会应用如经济成长率、通货膨胀以及美元汇率等长期经济指标，作为交易决策的依据吗？"

理查德·丹尼斯回答："尽管我会注意这类指标，然而，我会尽量避免在进行交易时使用这些信息。操盘似乎就像是被你做过手脚的骰子，你之所以要赌骰子，是由于你了解到这颗骰子（市场）对你有利。尽管长期经济形势即使能够验证交易决策的正确性，然而我却认为，对个别交易来说，并没有区别。"

事实上，刚开始从事期货交易时，理查德·丹尼斯的交易技术就是交易季节性价差。也就是说，他想应用市场季节性模式的优势——比如大豆就是他当初的特长。在相同的或者相关的期货市场，理查德·丹尼斯会同时持有多头仓位与空头仓位。最后，他渐渐发展成为买入强势并卖出弱势。

二、至简的交易技术是最重要的

理查德·丹尼斯将实用性原则当作指导箴言："对技术分析而言，简单的原则是最重要的，而不要用太多参数。我想我们赚钱的主要原因，就是用简单的均线系统。它们会一直非常好用。"

他运用上涨卢卡斯管理指数证明了此点。它是 20 世纪 60 年代依据 52 周均线做的趋势跟踪指数。理查德·丹尼斯懂得它的核心交易理念就是他的优势。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

2/3 是获得利润的原因。我们的小过滤器提前入市了，提前离市了，假如这就是赚钱的方式，这就非常糟糕了。简单的均线或者突破系统才是关键。我想参数大一点是很重要的，然而，若你想得太多、分析得太多或者研究得太多，那么结果还是极其糟糕的。

大多数交易者会为了一个技术分析指标较劲，实际上交易者是依赖的一个技术分析系统，则这个技术分析系统不仅非常简单而且具有实用性。大繁至简，一切归于自然才是王道，而理查德·丹尼斯的技术分析系统就是这样的。下面是理查德·丹尼斯如何做出交易决定的。

图 4–1 用日元期货合约来说明理查德·丹尼斯是如何入市的（图 4–1 中文字：1995 年 9 月份日元期货合约，1995 年 2 月至 1995 年 4 月）。

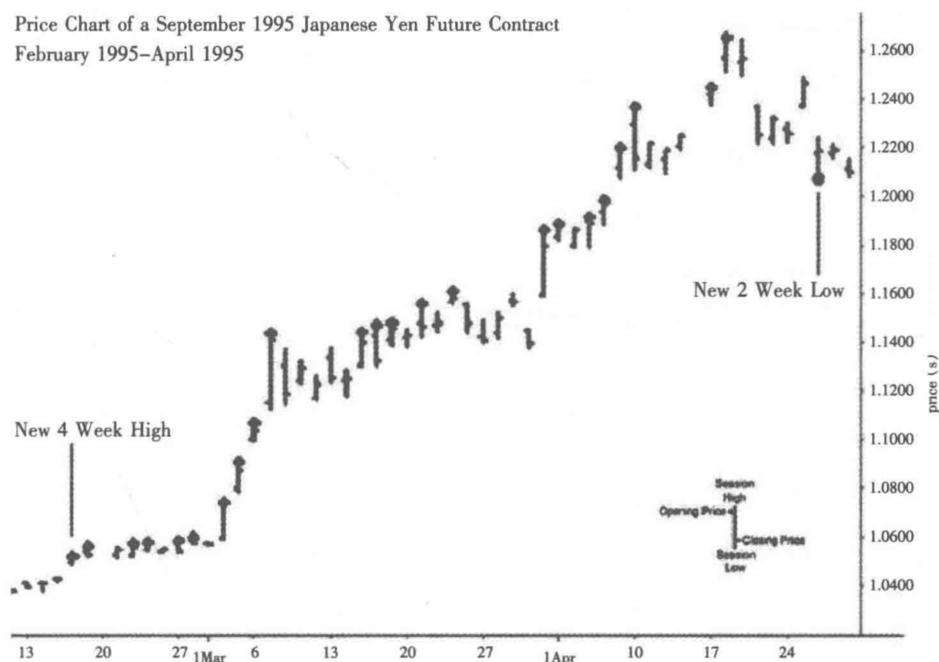


图 4–1 用日元期货合约来说明理查德·丹尼斯是如何入市的

看一看 1995 年 9 月份日元期货合约的图，它表明了系统 1 的价格正在突破。1995 年 9 月份合约于 1995 年 2 月 16 日创出了 4 周新高。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



根据理查德·丹尼斯交易法则必须在第二个交易日入市。这个仓位一直持有到 1995 年 4 月 26 日，才能平仓。

在 1995 年之初，市场突破了 4 周新高。接着市场上扬，一直到在 4 月反向的两周突破的时候，理查德·丹尼斯就离市了。

还有这样一个经典的案例。1990 年 7 月，理查德·丹尼斯以低于每桶 20 美元的价格购买 350 份原油合约，并且一直持有到 40 美元。到了 1990 年 10 月 15 日，理查德·丹尼斯开始以每桶 38 美元的价格平仓，在 30 美元之前全部平仓，平均平仓价为 34.80 美元。

理查德·丹尼斯在做出决定时并没有讨论石油输出国组织、政府报告以及基本面。只是由于价格的波动叫理查德·丹尼斯入市和离市。应该注意的是，这非常重要的，理查德·丹尼斯总是在市场对他不利以后才离市，所以必须忍受利润回吐的痛苦。不要抓到底部与顶部。因此，力图在趋势中间结束才是目标。

图 4-2　用欧洲美元期货合约来说明理查德·丹尼斯做空的入市点和离市点（图 4-2 中文字：2006 年 12 月欧洲美元期货合约价格图表，2006 年 1 月至 8 月。55 天新低，20 天入市，20 天离市）。

从 2006 年 2 月 20 日到这年 12 月份欧洲美元创出了 55 天新低，这是入市信号。市场开始下挫，一直到 2006 年 3 月 16 日创出了 20 天新高。理查德·丹尼斯做空便以亏损离市。在 2006 年 3 月 29 日，市场又创出了新低，他重新建立空头仓位。市场持续下挫，一直到出现离市信号，这则是 2006 年 7 月 14 日的 20 日新高。

2 月份第一次突破的时候理查德·丹尼斯做空，在 3 月中旬遭受了 20 天新高反向突破，所以他被迫离市。第一次突破则是亏损的。

但是，市场在 3 月底持续下挫，遭遇了另一个突破信号。理查德·丹尼斯又一次做空了。一直到 7 月出现了明显的 20 天反向突破才离市。图 4-2 中比较大的黑点能够说明此点。第二次的利润能够弥补第

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

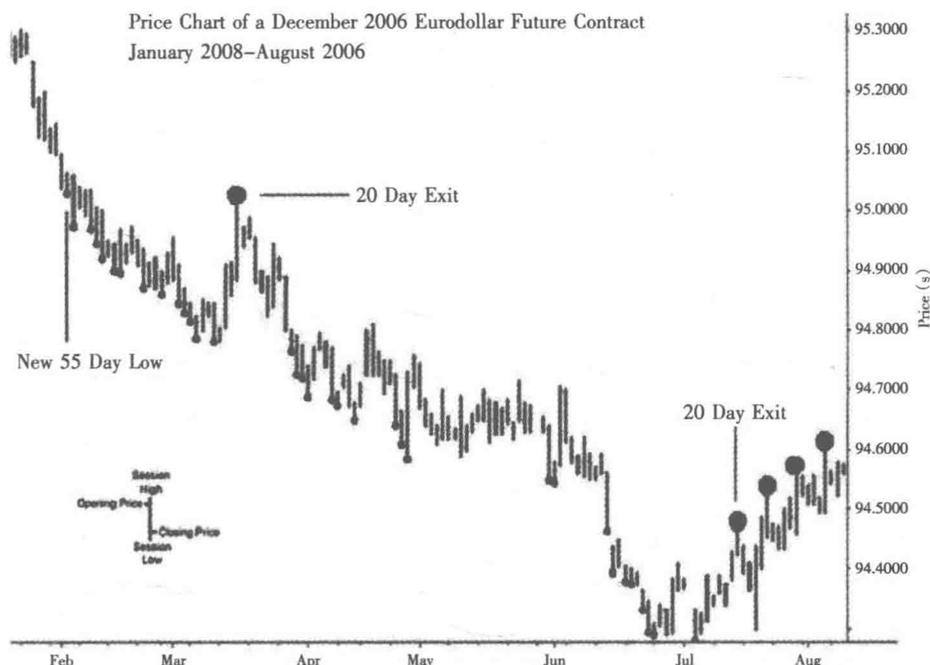


图 4–2 用欧洲美元期货合约来说明理查德·丹尼斯做空的入市点和离市点

一次的损失，而且还赚了钱。

这就是理查德·丹尼斯入市和离市过程。理查德·丹尼斯不能由于第一个突破是亏损就忽视了第二次突破，他应该重新入市。第二次突破正是他在等待的突破，然而很难预测。

期货交易就是一个等待的游戏。理查德·丹尼斯每天交易的过程基本是这样的：

（1）先运用通道突破理论，加上一些过滤器。

（2）计算出市场的波动性。

（3）每笔交易必须强制止损。平仓必须自然，止损必须要坚决。

由此可以看出，理查德·丹尼斯的交易技术流程相当简单，然而它具有实用性的价值。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



三、使用四周规则来进行交易

理查德·丹尼斯的交易依据纯粹就是技术分析，实际上它就是“四周规则”的一个变形，称为“非对称的价格轨道线突破”。在每日的日线上，将以前 20 个交易日中的最高价与最低价分别标出来，然后将它们连接起来，便形成了一个价格轨道。假如价格往上突破上轨道线，就建立多头头寸，如果价格往下突破下轨道线，就建立空头头寸；同时，画出以 10 个交易日为周期的价格轨道线当作平仓依据：当处于多头部位的时候，价格往下突破 10 天轨道线的下轨道，就多头平仓；反之亦然，就空头平仓。

（一）四周规则介绍

四周规则是最著名也是最成功的技术之一，称为周价格管道，简称为周规则。四周规则则是理查德·唐奇安所发明的，它是一种跟踪趋势的完整的自动交易系统，当初它以四周的形式出现。

在以前 10 多年里，随着计算机技术不断地进步，关于在期货市场建立技术性交易系统的问题，大家进行了很多的研究。这些系统实际上都是自动化的，消除了人类情感与主观判断的影响。此外，它们也越来越变得复杂。当初使用的是简单的移动平均法，此后，又加入了双移动平均线交叉以及三移动平均线交叉的内容，最后又将移动平均值线性加权、指数加权。最近，大家又引入了高级的统计学系统，比如线性回归系统。上述系统的首要目标仍然是跟踪趋势，就是首先识别趋势，接下来就顺着既有趋势的方向进行交易。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



然而，随着越来越复杂、越来越富于想象力的系统和指标的出现，也有些不妥当的倾向。大家通常忽视了那些简单、基本的工具，而它们的效果非常好，经受住了时间的考验。其中一种最简便的方法则是四周规则。

1970 年，邓恩与哈吉特公司的金融服务部门出版了一本《交易商手册》。书中对当时最流行的自动交易系统进行模拟测试与比较研究。此项研究的最终结果表明，在全部的测试对象中，“四周规则”系统是最成功的。

这种系统是由理查德·唐奇安创立的。唐奇安现在在希尔森·莱曼·运通公司工作，担任其高级副总裁兼金融顾问。他被推崇为商品期货自动交易系统领域的先驱，在 1983 年，《投资账户管理报道》推举唐奇安为首届“最佳获利奖”得主，表彰他对商品市场资金运作领域的巨大贡献。该机构目前向后来的受奖人颁发“唐奇安奖”。

理查德·丹尼斯平均每年都从市场赚取 5000 万以上的利润，正是依靠了这个简单的交易系统。

（二）四周规则使用方法

四周规则的使用方法如下：

（1）如果价格上升超过前四个周内的最高价，那么就平掉空头头寸，建立多头头寸。

（2）如果价格下跌超过前四个周内的最低价，那么就平掉多头头寸，开立空头头寸。

这个系统则属于连续工作性质（连续在市），也就是说系统始终持有头寸，无论是多头，还是空头。通常来说，连续在市系统有着一个基本的缺点。当市场进入了无趋势状态的时候，它依然处在市场中，难免产生“拉锯现象”。在市场处于这种无趋势的横向状态的时候，趋

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



势顺应系统效果比较差。

我们可以在四周规则的基础之上，对它加以优化。

（1）我们并不是非要将这个规则运用于交易系统不可。我们也可以将周规则的信号简单地当作一种技术指标，由此来判断价格突破、趋势反转等信号。周规则的突破信号也可以用作辅助其他技术，比如移动平均线等，起到类似过滤器的作用。一周规则与二周规则就是很好的过滤器。所以，当移动平均线的交叉信号出现之后，为了确定是否根据这个信号建立头寸，我们应该按照二周规则，考察在它相同方向是否也有两周规则的突破信号。

（2）我们能够针对不同的市场，调整周规则的时间跨度。我们并不是对每个市场都机械地使用四周规则，而是具体市场具体分析。1979 年 2 月，美林公司发表了一份研究报告称，该公司对各种周规则的突破信号进行了广泛的研究。其中对每个市场均得出了相应的优化的周规则。另外，美林公司的研究报告还提出，通过改变每周结束的时间，系统的成绩能够进一步改善。比如，据这份报告称，在糖期货市场，最好使用五周规则，并将每周的结束日可以人为地规定为星期四。在大豆市场，最好的选择则是两周规则，并将星期一人为地规定为每周的最末一天。在更早的美林公司的研究当中，还对日间突破（日规则）的各种天数进行了检测。

依据风险管理与灵敏度的具体需要，我们能够相应地扩大或者缩短周规则的时间跨度。比如说，假如我们要求系统更加灵敏，就能够缩短时间跨度。当市场迅速上涨，使得价格相对地处于“高处不胜寒”的境地时，我们就能够缩短时间跨度，让系统更为灵敏。如果我们已经依据四周规则的向上突破信号，设立了一个多头头寸，那么我们就可以将保护性止损点设置在以前两周的最低价的下方。假如此后市场迅速上冲，交易商企图运用更紧凑的保护性止损方法来监控该多头头

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



寸的话，那么还能够选用一周规则来设置止损点。

当市场处于横向延伸的情况下，那些依趋势而动的交易者袖手旁观，耐心地等待重要趋势信号的出现，则这时候就可以将时间跨度扩大到八周。只有这样就能够避免建立短线的头寸，以免陷入时机不成熟的趋势信号中。

任何事情有长处就有短处。当我们努力对四周规则进行优化，或是进行上述调整时，此方法也就渐渐失去了它的最大的优势——简单。四周规则就是一种简单的突破信号系统，它的理论基于重要的月周期。我们可以对最初的系统加以修正，通过比较短的时间跨度，即一周规则或者二周规则来达成平仓目的。假如交易者希望系统更为灵敏，则可以使用二周规则当作入市的信号。由于周规则的本意就是力图简便易行，因此，我们最好依据上述时间跨度来运用它。

（三）四周规则与周期

以周期理论作为主要工具的交易者认为，市场运动的最终线索就在它的运行周期上。不可否认，时间周期的研究成果为交易者的测市手段增加了时间维度。作为金融理论，经过不断地丰富和完善以后，变得更为复杂而深奥是可以理解的；作为交易手法，它的存在和发展一定有其特殊原因，然而任何一种技术均会因它自身利弊而无法概全。

一般来说，很多周期分析者认为，波谷比波峰更为可靠，因此周期长度的衡量均是从波谷到波谷进行的，是因为大多数周期的变异出现在波峰上，也就是说波峰的形成较为复杂，所以认为波谷更加可靠一些。从实际运用结果来看，在牛市中周期分析要比在熊市中表现得更好。在牛市中，波谷比波峰形成或者停留的时间相对比较短，而波峰由于经常出现强势整理的态势，变得更加复杂，因此无法掌握。在

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



熊市中刚巧相反，由于市态比较弱，市场往往以整理形态代替反弹，因此波峰形成时间要比波谷形成时间更短些，很容易发现。在应用周期理论测市时，牛市中以波谷法衡量比较准确，熊市中以波峰法衡量胜算更大一些。很多交易者之所以倾向于衡量构筑时间较短的形态，是由于这样的形态很容易判断，预测时间目标与实际发生时间的偏差比较小。

在决定应用峰测法还是谷测法度量时，除了利用趋势线来筛选以外，还有另外方法也能够帮助大家，即先观察上一层次周期中，波峰是向周期时间中线左移还是右移，也就是说如果一个涨跌周期为 40 天，波峰是向 20 天之前移还是向 20 天之后移，左移看跌，右移看涨。看跌的时候运用峰测法，看涨的时候运用谷测法。波峰左移与右移作为辅助工具之一，适用于任何趋势以及长度的周期。

（四）四周规则注意事项

（1）假突破。当出现四周突破并开立头寸以后，假如行情向相反方向运行一到两周，交易者应该平掉该头寸，确认它是假突破，并耐心地等待下一个四周突破信号的出现再进入。

（2）具体市场应具体分析。上面已经讲过，周规则能够进一步优化，并不局限于四周突破，比如在美林公司商品研究报告中称，糖期货市场最好使用五周规则，并且将每周的结束日人为地规定为星期四。在大豆市场最好选择就是两周规则，并将星期一人为地规定为每周的最末一天。

（3）适用范围。周规则通常适用于所有时间周期包括筑顶、筑底、回调以及牛熊市的暴涨暴跌。

为此，特别强调出现牛熊市时的操作方法。大多数交易者认为当行情持续多日大涨或大跌后出现反弹的概率会很大，这实属于一

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



种心理悖论，比如说，投掷硬币每次获得头像的概率为 50%，连续八次都是头像的概率为 1/256，此时绝大多数人均会回答第九次是反面，由于很久没有出现反面了，也有人很可能会回答是头像，由于前面总是出现头像。实际上，这两种说法都不正确，对第九次的判断与前面 8 次的结果无任何逻辑关系，所以第九次掷出头像的概率仍然为 50%，从交易层面上讲就是许多交易者抛开技术与基本面，从主观意识上认为多日大涨和大跌之后的行情应该如何是很不理性的交易行为。

（五）四周规则实战经验

周规则就是顺应市场趋势，能够借助其对相似移动平均线交叉后形成的反转信号进行过滤，比如 5 日均线向上突破 10 日均线，形成上攻趋势的时候，周规则也出现向上突破信号形成共振，从而确认突破是否有效，如图 4-3 所示。

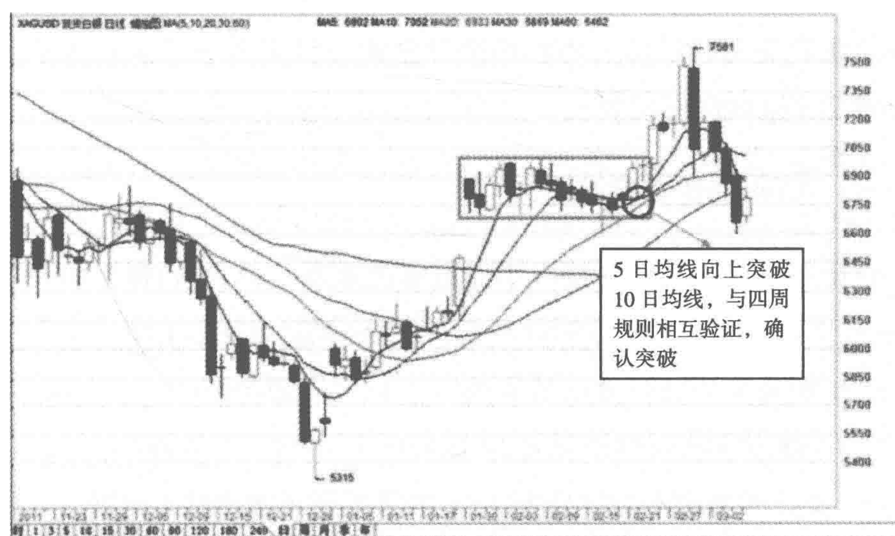


图 4-3 5 日均线向上突破 10 日线均

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



为了避免在无趋势时发生错误入市信号和力争保护到手的利润，可以把四周规则用于入市，而把二周规则用作平仓。同理周规则也适用于任何时间周期，它不仅能够当作交易系统应用，还能够当作辨别趋势是否反转的工具。假如你是一个系统交易者，就可以通过优化周规则并在它基础上做交易是最佳的选择，由于它已经被证明具备在任何市场中都能够盈利的能力。必须指出的是，应用周规则必须始终如一根据它的指示进行操作，通常一年甚至几年的利润就在一次信号当中。

四、理查德·丹尼斯的主要技术分析工具

理查德·丹尼斯交易系统，其实就是我们经常所说的长期趋势跟踪系统。在技术分析过程中，理查德·丹尼斯主要应用了这些技术分析工具：ATR 通道突破系统、布林格突破系统、唐安奇通道、双重移动均线系统以及相对强弱指数。

（一）ATR 通道突破系统

ATR 通道突破系统就是一个波幅通道系统，它将 ATR 作为波动性指标。

ATR 则是平均波幅通道技术指标，ATR 通道判断：

（1）350 日平均移动收盘价加上 7 个 ATR 则是上方曲线。

（2）350 日平均收盘价减去 3 个 ATR 则是下方曲线。

ATR 通道法则：

（1）假如前一天的收盘价向上突破，就开盘做多。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



（2）假如前一天收盘价向下突破，就开盘做空。

（3）当价格反向越过移动平均线，退场。

（二）布林格突破系统

布林线突破系统是由大卫·卢卡斯于 1992 年的著作《技术交易者期货市场电脑分析指南》中提出的。布林线是约翰·布林格所发明的一种波幅通道。它由三条轨道线所构成，其中上下两条线分别可以当作是价格的阻力线与支撑线，在阻力线与支撑线之间是一条价格平均线，通常价格线在由上下轨道所构成的带状区间行走，并且随价格的变化而自动调整轨道的位置。当波带变窄的时候，急剧的价格波动很有可能将要产生；如果高低点穿过带边线的时候，马上又回到波带之内，就会产生回档。

布林线运用波带的形状能够显示安全的高低价位。波带变窄表明价格很可能出现强烈的波动。这就是我们通常所说的喇叭口将要出现。如果当价格在一段时间内波幅较小，布林线便显示为“带鱼”状，既窄又长。假如有一日价格在比较大交易量的配合之下，收盘价突破布林线的阻力线，则“带鱼”嘴就会张开，布林线则由收口转变为开口，这则是明显的买入点。因为前期价格盘整很长一段时间，发生转折的动力不会只是一天，所以短线一定会出现新高。此机会，布林线指标可以明确地提示。

通道判断：布林线是通过 350 日平均收盘加减 2.5 倍标准差得出的。

布林线方法：

（1）假如前一天的收盘价越过通道的顶部，就开盘做多。

（2）假如前一日的收盘价跌破了通道的底部，就开盘做空。

我们可以将沪金当月合约作为例子，自上市以来，这个合约在 2009 年 10 月 9 日第一次突破上述布林带上限，一直到 2013 年 4 月 15

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



日第一次跌破布林带下限。假如使用上述趋势交易系统，在这一段时间持有沪金多头，沪金价格从 231.01 元/克最高上升到 395.25 元/克，此后下跌到 298.93 元/克，这个期间能够获得 67.92 元/克的涨幅，不考虑交易费用的同时按 4 倍杠杆比例来计算，收益率是 117.61%，年度收益是 24.74%。沪金当月合约布林通道如图 4-4 所示。

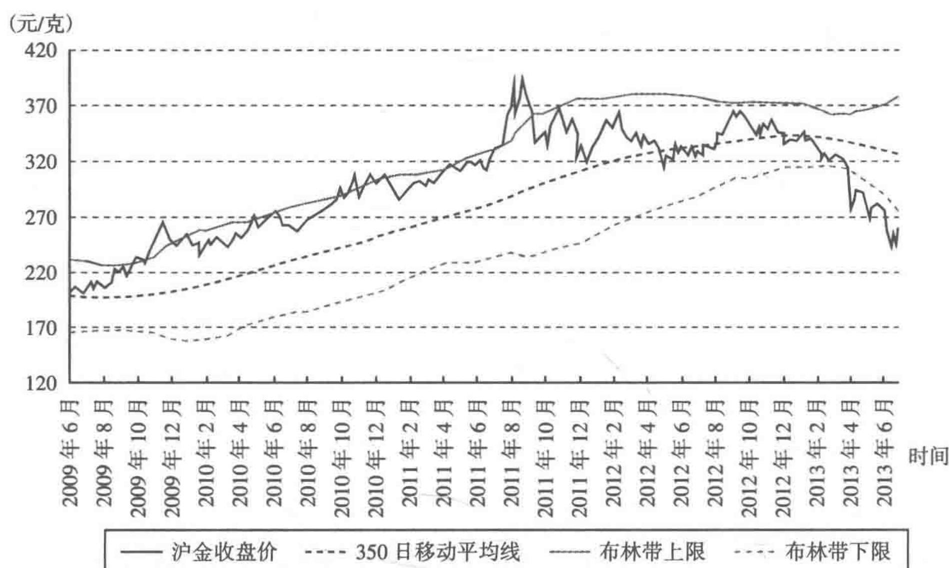


图 4-4 沪金当月合约布林通道

（三）唐安奇通道

唐安奇通道是由理查德·唐安奇于 20 世纪 30 年代所创造的一种交易法则。它是趋势跟踪交易系统的一种。这个策略能够称得上是所有日内策略的始祖。

唐安奇通道由两条线所组成。上面的线是由过去 N 天的当天最高价的最大值形成。下面的线由过去 N 天的当天最低价的最小值形成。有的时候会有一条中间线，是上下两条线取平均形成。理查德·唐安奇在发明这个方法时将 N 设成 20。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



唐安奇通道指标相当于动量指标。唐安奇通道的计算，首先确定拟捕捉的趋势的期限（比如 20 天）。接着，比较当天的收盘价与该期限内最高价来确定是否做多，假如当天的收盘价超过了所考察期限内的最高价（突破了唐安奇通道的上轨），那么就进场做多。同样，我们也可以比较当天的收盘价与该期限内最低价来确定是否做空，假如当天的收盘价低于所考察期限内的最低价（突破了唐安奇通道的下轨），就进场做空。很明显地，趋势的形成就是价格不断地创出新高或者新低的过程，所以按照唐安奇通道指标的指示，当市场价格创出新高或者新低时进场，就能够保证一旦趋势产生，我们就一定能把握住趋势。

交易法则为：

（1）如果价格高于过去 N 天的最高值时，那么就应该做多。

（2）如果价格低于过去 N 天的最小值时，那么就应该做空。

唐安奇通道规则最大的好处是在单边市能够持有较长时间；在震荡市就会十分吃亏。后来它的规则被理查德·丹尼斯修正，被他灵活地运用：

（1）如果当价格向上突破过去 20 天的唐安奇通道的时候，就做多；如果当价格向下突破过去 10 天的唐安奇通道的时候，就退出。

（2）如果当价格往下突破过去 20 天的唐安奇通道的时候，就做空；如果当价格向上突破过去 10 天的唐安奇通道的时候，就退出。

（3）利用 25 天/350 天指数移动平均值（EMA）当作一个趋势过滤器。只有当 25 天 EMA 在 350 天 EMA 上方的时候才能做多。只有当 25 天 EMA 在 350 天 EMA 下方时才能做空。

（四）双重移动均线系统

所谓双重移动均线系统是指在短期移动均线穿过长期移动均线的时候买入或者卖出的系统。同其他系统不一样的地方是，此系统自始

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



至终不离开市场，不论是做多还是做空。

这个交易系统的规则就是，假如 100 日均线从下往上穿过 350 日均线，就做多；假如 100 日均线从上往下穿过 350 日均线，那么就做空。这种策略不设置止损退出点，退出上一笔交易的同时就开始一笔相反方向的交易。我们还是以沪金当月合约为例，自上市以来，100 日均线在 2009 年 5 月 8 日第一次从下往上穿越 350 日均线，一直到 2012 年 7 月 25 从上往下穿越 350 日均线。运用双重移动均线系统，在这一段时间持有沪金多头，这一期间能够获得 125.74 元/克的涨幅，不考虑交易费用的同时按 4 倍杠杆比例来计算，收益率是 249.30%，年度收益高达 47.53%。沪金当月合约的双重移动均线系统如图 4–5 所示。



图 4–5 沪金当月合约的双重移动均线系统

（五）相对强弱指数

相对强弱指数（Relative Strength Index，RSI）是由韦尔斯·怀尔德所发明的摆荡指标，几乎所有技术分析软件均提供这种指标。RSI 是衡量市场上升与下降力量的指标。如果上升力量较大，就计算出来的

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



指标上涨；如果下降的力量较大，那么指标下跌，为此测算出市场走势的强弱。强弱指标的计算公式为：RSI = [上升平均数 ÷ (上升平均数 + 下跌平均数)] × 100。

使用规则：

（1）不管价位如何变动，强弱指标的值都是在 0~100。

（2）强弱指标保持高于 50 表明是强势市场；相反，低于 50 则是弱势市场。

（3）RSI 运行到 70 以上的时候（牛市中为 80），被认为是超买的现象。

（4）RSI 运行到 30 以下的时候（熊市中为 20），被认为是超卖的现象。

（5）在上涨趋势中 RSI（70 以上）的波峰无力穿越前一个波峰，此后又跌破前一个波谷产生了 RSI 顶部“失效摆动”。

（6）在下跌趋势中，RSI（30 以下）的波谷无力跌破前一个波谷，此后又突破前一个波峰产生了 RSI 底部“失效摆动”。

（7）RSI 高于 70 或低于 30 的时候，就产生背离信号，是一种非常重要的警告。

交易法则为：

（1）当 RSI 在高位掉头往下的时候，就是卖出信号；当 RSI 在低位掉头往上的时候，就是买入信号。

（2）当 RSI 出现 M 顶的时候，则卖出；当 RSI 出现 W 底的时候，就买入。

（3）当 RSI 出现顶背离的时候，就可以卖出；当 RSI 出现底背离的时候，就可以买入。

（4）当 RSI 跌破其支撑线的时候，则是卖出信号；超过其阻力线的时候，则是买入信号。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第五章 理查德·丹尼斯的趋势交易法则

理查德·丹尼斯是一个典型的趋势跟踪者，他的系统利用大趋势赚了大钱。他认为，由于即使拥有全部的杰出分析师，我们也必须运用趋势跟踪，否则的话就做不好。

理查德·丹尼斯如此说道："趋势跟踪就如同是民主。尽管有的时候看起来不太好，然而它与其他的东西相比较更好。我们确实可以坚持使用买入并持有的方法吗？还不如说是买入并期待着。我们的确要在亏损时加倍买入吗？这个世界非常大，很难去分析。基本面也很大，我们必须积极地、无悔地运用趋势跟踪。控制风险的系统就是在合适的时间进入正确的市场，并且阻止灾难的发生。"

简单来说，理查德·丹尼斯需要趋势才能赚钱。趋势跟踪者总是等着市场波动，接下来他跟踪市场。无论趋势是上升还是下跌，目标则是抓住趋势的绝大多数。其原理在于假如要形成一波有效的趋势行情，则一定会伴随高点或者低点的不断穿越。这种追逐趋势的理念，目前被许多交易者所追捧。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



一、趋势跟踪法

所谓趋势是指价格在一段时期之内保持一种变化态势的现象。趋势跟踪就是指跟踪市场趋势，通常情况下，很多交易者会在趋势上升的时候做多，在趋势下跌的时候做空。他们的收益主要来自能够正确地把握大趋势时的获利，风险可能来源于趋势忽然掉头或者市场没有明显趋势平衡震荡时等情况所导致的损失。

趋势跟踪是一种根据价格分析的技术面交易方法。它所关注的重点信息是各个投资品种价格的变化，而并不是其基本面的信息。趋势跟踪的信奉者相信价格会在大多数时候沿着价格变动的趋势持续发展。也正因为如此，许多经典的趋势跟踪策略尽管会设置严格的止损策略，然而不会加以止盈。即使大部分的交易会以亏损收场，然而那些盈利的交易却能够带来巨额的回报，弥补亏损的同时还贡献了巨大的利润。

在 1973 年的大豆期货的上涨大行情中，大豆价格忽然冲破 4 美元大关，大多数人盲目相信历史的市场人士认为机不可失，大豆将会像 1972 年那样在 1~50 美分之间回落，在近年的最高位 410 美分附近一齐做空，然而理查德·丹尼斯根据追随趋势的交易法则，顺势买入，大豆涨势如同升空火箭似的，曾经连续十天涨停板，价格上涨 3 倍，在短短的四五个月的时间之内，上涨到 1297 美分的高峰，从而使得理查德·丹尼斯赚取了大量的钱。

任何一个趋势交易系统首先要解决的是对趋势如何定义与评判，在此点上理查德·丹尼斯可以说是理解得非常透彻，并且深入到本质。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



依据大多数技术分析类书籍的介绍，对趋势的评判是按照所谓的趋势线进行，比如上涨趋势，就是把价格波动的低点连成一条直线，假如直线是往上倾斜的，那就是上涨趋势。这种评判方法应用十分普遍，然而并没有抓住趋势的本质特征，比如在许多震荡市中，价格的低点可能是在不断地抬升的，可是价格的高点可能并没有不断地抬升，形成了三角震荡。

在理查德·丹尼斯交易法则中，对趋势的定义其实是这样的：上涨趋势是一个不断地创出阶段性高点的过程，而下跌趋势是一个不断地创出阶段性低点的过程。对于任何一个上涨趋势来说，一定是不断地产生高点的过程，否则的话就不是上涨趋势；反之，任何一个下跌趋势一定会是不断地产生低点的过程，否则的话就不是下跌趋势，这就是市场价格波动的客观规律。

很明显地，理查德·丹尼斯交易法则是建立在这样一个价格运行规律基础之上的，理查德·丹尼斯的成功就证明了在金融市场上是存在一定规律的，交易者可以通过发现这些规律并利用这些规律来建立交易系统，从而使得自己在期货交易中获得稳定的业绩。

通常情况下，在市场行情下跌到谷底的时候，理查德·丹尼斯会持有大量的多头部位，而在行情上涨到顶峰的时候，他却持有大量的空头部位。这正是他之所以能够把握获利时机。实际上理查德·丹尼斯交易法则非常简单，遵循的是阶段性高低点突破的交易法则。比如说，当价格往上突破前 20 个交易日最高点的时候买入期货合约，假如多头持仓得到盈利，当价格产生 10 日低点的时候平仓；当价格向下跌破前 20 个交易日最低点的时候开立空头头寸，假如空头持仓得到盈利，当价格产生 10 日高点的时候就平仓。

趋势跟踪并不是理查德·丹尼斯所发明的。从 20 世纪 50 年代至 70 年代，有一个优秀的趋势交易者，他多年获得了非凡的业绩。他名

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



叫理查德·唐奇安，他是名正言顺的趋势跟踪之父。关于这个话题，唐奇安讲了太多，也写了很多。他影响了理查德·丹尼斯以及几乎所有技术交易者。

唐奇安的一个徒弟芭芭拉·迪克森说趋势跟踪者并不是预测价格的波动。趋势跟踪者就是“将入市和退出都形成了纪律，不管市场如何，都严格地按照自己的规则或者系统行动。这样的话就可以避免情绪判断对市场决定的影响。”

趋势交易者不要期望每次都是正确的。事实上，他们敢于承认单笔交易的错误，并接受损失，而且还要继续交易下去。最后他们期望长期下来是赚钱的。1960 年，唐奇安将其理念浓缩成“周线交易法则”。此法则相当有用：“当价格高于前两周（根据不同的商品，这个数字不同）的最高价的时候，就回补空头仓位并买入。当价格低于前两周的最低价的时候，就平掉多头仓位并做空。”

趋势追踪法能够创造丰厚的回报，并且一直战无不胜，然而由于这些原因，很多人不太极易坚持这种策略。

（1）一般来说，大趋势很少产生，这则意味着趋势跟踪策略的失败概率要远远大于成功概率。对一个典型的趋势跟踪系统而言，可能60%~70%的交易都是赔钱的。

（2）趋势跟踪系统不但会在无趋势时会失效，而且在趋势逆转时也会失效！理查德·丹尼斯与其他趋势跟踪者们经常说过这么一句话：“在趋势结束之前，趋势就是你的朋友。”趋势的结束与逆转对你的账户以及你的精神都是一种很大的打击。交易者们将这种亏损期称为衰落期。一个趋势结束以后往往会有衰落期，然而在市场突然转向的情况下，衰落很有可能持续长达几个月。在这一段时间里，趋势跟踪策略会让你不断地亏损。衰落通常是依据它的持续时间（天或者月）和程度（往往以比例形式）来衡量的。通常来说，趋势

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



跟踪系统的衰落程度大概接近于它们的回报水平。因此，假设一个趋势跟踪系统的每年期望回报率为 30%，则在衰落期内你的账户可能从高点下降 30%。

（3）趋势跟踪法必须使用相对较大的资金量才能保证合理的风险控制，由于这种方法的入市价位和不利局势下的止损退出价位有非常大的差距。假如资金量太少的话，运用趋势跟踪策略就会大大提高破产出局的概率。

趋势跟踪法是根据“截断亏损，让利润奔跑”的交易哲学开发的，它的出发点是认为市场中因人性的贪婪、恐惧以及经济周期的影响，会导致市场走势的持续上涨或者下挫从而形成趋势，通过捕捉市场的主要趋势，从而获得市场平均或者超越市场平均的利润。进行趋势跟踪交易也很简单，即当趋势形成的时候，就入市；趋势消失的时候，就退出。

二、趋势跟踪系统理念的要点

理查德·丹尼斯交易法则是一个典型的趋势追踪系统，其原理在于假如要形成一波有效的趋势行情，则一定会伴随高点或者低点的不断穿越。

趋势跟踪的基本策略就是在一个上涨趋势刚刚开始时买入，在这个趋势将要结束之前退场。一般来说，市场有三种很容易形成的趋势：向上趋势、向下趋势以及水平趋势。理查德·丹尼斯在市场刚刚从水平趋势转向向上趋势时买入，在向下趋势将要开始的时候做空，趋势结束之后就马上退出。所谓趋势结束，就是指市场再一次由向上或者向

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



下趋势变成了水平趋势。

当下趋势跟踪十分流行，一般谈及趋势跟踪，就不得不谈理查德·丹尼斯趋势跟踪法。

关于趋势跟踪的方法有许多，均线、MACD 以及鳄鱼线等，但为什么说理查德·丹尼斯交易法则具有很强的实战性呢？

第一，理查德·丹尼斯交易法则不只是停留在指标系统的阶段，已经具有真正意义上的形成了交易系统的雏形。这也是向人们介绍它的主要原因。

第二，理查德·丹尼斯已经非常清楚地发现趋势跟踪系统之所以能够有效的真正秘诀。趋势跟踪系统有效的真正秘诀就是：严格地控制风险。

我们都非常清楚，趋势跟踪系统的优势在于它能够很有效地捕捉每次大级别的趋势行情，并且尽量多地吃完趋势所带来的利润。然而它也有本身的缺陷，就是准确性很低（通常成功率都在 50%以下）、严重的滞后性以及对于盘整行情的无能为力。当前大多数人在研究趋势跟踪系统的时候均把他的注意力放到了如何提高交易的准确性上，然而这并不能找到正确钥匙的原因。

理查德·丹尼斯非常聪明地解决了此问题，他引入了 N 值这个概念。与此同时，在这个基础上建立了与他的交易系统相搭配的资金分配体系与风险控制体系。

理查德·丹尼斯的资金分配体系和风险控制体系是这样的：头寸单元的计算是基于 ATR 的，还限定了整体的交易规模，每当账户亏损 10%的时候，将总账户的规模减小 20%。也就是在账户发生亏损的时候所能应用的资金将会递减，隔离开了连续亏损对账户的侵害。与此同时，理查德·丹尼斯的加仓策略也是很得力的，每次建立头寸时只允许运用一个单位，建立后以 1/2N 的间隔顺势增加头寸。这种加仓模式

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



需要严格的离市或止损策略相配合。理查德·丹尼斯以头寸风险为基础设置止损，交易风险控制在2%以下。即风险达到2%的时候就平仓止损。而离市策略与入市策略相呼应，在多头头寸为10日最低价，空头头寸为10日最高价。仍然是以突破为平仓点，一旦价格穿过离市突破价即平仓离市。在交易的策略里面加仓、离市、止损都是很重要的方面。理查德·丹尼斯法则通过简单的规则使扩张盈利、减少亏损的交易理念得以充分发挥。

总之，趋势跟踪交易者应该运用机械化交易，就是以一套被自动化的与客观设定的规则为基础。规则来源于他们的市场观点或者投资哲学，交易者必须严格遵守这些交易规则，能够更好地让他们进出市场。由于机械式交易系统排除了交易决策中的情绪干扰，而且强迫你坚持交易规则，强化了纪律。假如你违反自己的机械交易系统规则，那么你便会破产。

理查德·丹尼斯曾经说过："你之所以持有头寸，必须有你的原因。持续持有，一直到那个原因消失为止。不要只是为了利润而获得利润，你应该有一个交易的策略，并了解它如何工作，而且要贯彻到底。最关键的就是：持之以恒的态度和遵守纪律！"

趋势跟踪策略之所以可以成功，是因为有两个重要的假设：一是市场价格趋势往往会发生；二是设计出一套交易系统可以从这些趋势中盈利。最核心的要点有以下三个。

（1）并不是全部的人均会遵守交易法则。最后交易结果的好坏可能不是系统问题，而是个人的问题。

（2）人之所以很难遵守系统，是由于人的贪婪、恐惧。为什么人要贪婪？由于趋势跟踪会在浮动盈利被吃掉20%以上才会给出离市点，也就是说，它没有足够的力量去抓住最低点与最高点。贪婪的交易者怎么能够忍受浮动盈利的缩水？为什么人要恐惧？由于趋势跟踪的输

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



单超过赢单，整体盈利依靠的是少数关键胜利超过很多微小损失。恐惧的交易怎么能经受接连不断的损失呢？

（3）每个系统均必须应用历史数据严格地去测试它的胜算率，而且衡量胜算率的指标应该是在统计上有科学意义的数学参数。

由此可以看出，趋势跟踪系统看起来很简单，事实上执行起来却很困难，由于它到处与人性作对抗：人们都喜欢去追求确定性，并期望每次交易都能获得成功，而不愿意认错，甚至接连多次都是错误；人们都喜欢在最低点时买入，在最高点时卖出，最好的是每天都要有一个涨停板，而不愿意利用高买这个成本去换取顺势的结果。人们对没有获得的事物通常是贪婪，对已获得的事物通常是因恐惧而失去，一无所有本来是痛苦的，得而复失通常更加痛苦，人们无法坦然地面对浮动盈利的减少。

事实上，趋势跟踪能够长期稳定获利的关键正在于这里，假如每个人均放弃贪婪、恐惧，完全理性地进行交易，趋势跟踪就算是无利可图的，然而历史告诉人们，这种现象无论在过去、现在还是将来，都不可能存在。阳光下没有新鲜情怀，历史总是在不断地重演。

选择顺势而为的交易者们，必须坦然自若地面对损失，问心无愧地享受利润，这则是对违背人性本能的一种补偿。

三、趋势的判断

在技术分析这种市场研究方法当中，趋势的概念必定是最重要的内容。图表分析师所应用的所有工具，比如，支撑和阻力水平、移动平均线、价格形态以及趋势线等，它们唯一的目的就是辅助我们预测

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

市场趋势，使得我们顺应着趋势的方向进行交易。

（一）趋势方向的判断

在一般情况下，市场从来不会向着任何方向直截了当，市场运动的特点则是起伏不断的，其轨迹好比是一系列前赴后继的波浪，有着很明显的波峰和波谷。而市场趋势正是由这些波峰与波谷依次上涨或下跌的方向所组成的。不管这些波峰与波谷是依次递升，还是依次递降，或是横向延伸，它们的方向便构成了市场的趋势。因此，价格趋势是指价格向着某一既定方向曲折运动的过程。那么，在期货实战中，我们把趋势的判断可以分为以下三个方面。

趋势方向必须通过品种的日线或者周线走势图来加以判断。当我们打开任何一个品种的走势图的时候，我们首先必须了解其趋势发展方向是处于什么情况：上涨趋势、下跌趋势还是横向走势。

道氏对趋势定义则是，只要相继的上冲价格波海与波谷都对应地高过前一个波峰、波谷，那么市场就处在上涨趋势之中，黄豆日线走势图（图中高低点不断上移所形成的上涨趋势）如图 5–1 所示。

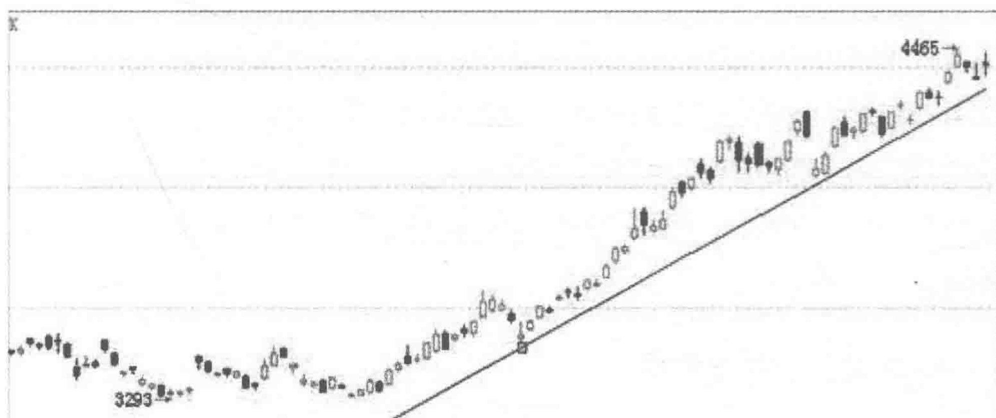


图 5–1 黄豆日线走势图（图中高低点不断上移所形成的上涨趋势）

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



换句话说，上涨趋势应该体现在依次上涨的峰和谷上；反之，下跌趋势则以依次下跌的峰和谷为特征，白糖日线走势图（图中高低点不断下移所形成的下跌趋势）如图 5-2 所示。

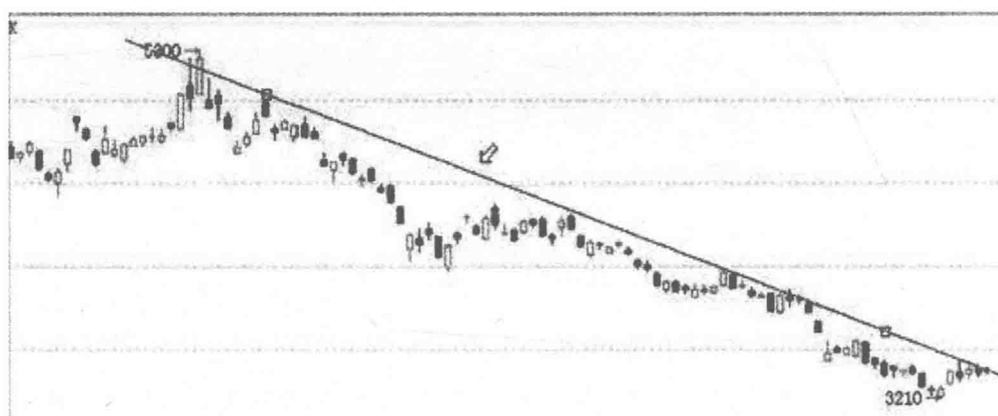


图 5-2　白糖日线走势图（图中高低点不断下移所形成的下跌趋势）

我们所说的上涨、下跌以及横向延伸三种趋势都是有充分根据的。大多数人习惯上认为市场只有两种趋势方向，要么上涨，要么下跌。然而实际上，市场具有三个运动方向——上涨、下跌和横向延伸。只是从保守的统计数字来看，价格至少有 1/3 的时间处在水平延伸的形态中，则属于所谓交易区间，因此，弄清楚这个区别非常重要。这种水平伸展的状况表明，市场在一段时间之内处于均衡状态。换言之，在上述价格区间中，供求双方的力量就会达到了相对的平衡。当然，即使我们将这种持平的市场定义成横向延伸趋势，然而更普遍的说法还是无趋势，伦敦铜日线走势图（高低点水平移动所形成的横向走势）如图 5-3 所示。

（二）趋势种类的判断

道氏将趋势分为三大类型——主要趋势、次要趋势以及短暂趋势。其中大家最关心的是主要趋势（或者称为大趋势），一般持续一

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

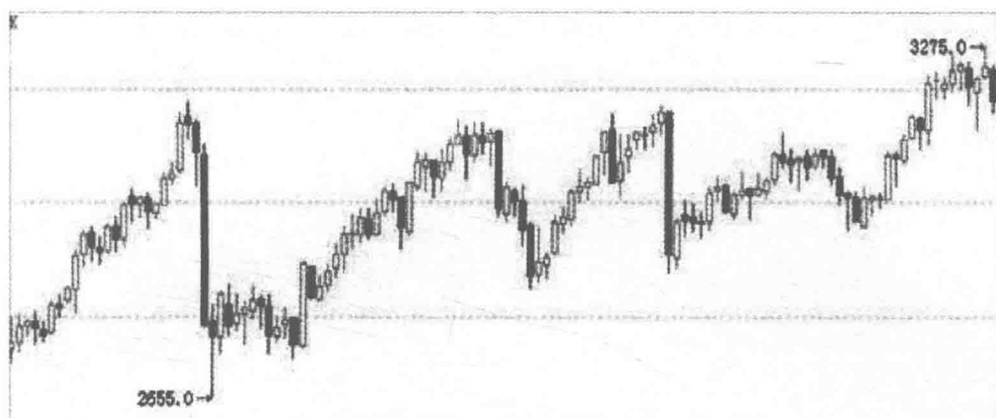


图 5-3 伦敦铜日线走势图（高低点水平移动所形成的横向走势）

年以上，有时候甚至几年。他相信，大多数交易者钟情于市场的主要方向。道氏将这三种趋势比作大海，并把它们分别对应于潮汐、浪涛和波纹。

主要趋势就像海潮那样，次要趋势（或者称为中趋势）是潮汐中的浪涛，而短暂趋势就是浪涛上泛着的波纹。从堤岸标尺上来看，我们能够读出每次浪涛卷及的最高位置，接下来通过依次地比较这些最高位置的相对高低就能够测定海潮到底是上涨还是下落。假如读数依次递增，则潮水仍然在向陆地推进。只有当浪涛峰值渐渐递减时，观测者才能了解到潮水已经开始退却。

次要趋势（或者中趋势）代表了主要趋势中的调整，一般会持续三个星期至三个月。这类中等规模的调整往往可以回撤到之前趋势整个进程的 1/3~2/3 的位置。常见的回撤大约是一半，即为 50%。

短暂趋势（或者称为小趋势）往往持续不到三个星期，是属于中趋势中较短线的波动。

那么，我们怎样判断趋势种类呢？

在诸多的走势图（分钟图、小时图、日线图、周线图以及月线图）中，我们同样能够通过对品种日线或者周线走势图的观察，来了解其

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



长期趋势（120 天以上）、中期趋势（15 天以上至 120 天以下）以及短期趋势（10 天左右）。判断方法可以参考伦敦铜日线走势图，如图 5-4 所示。



图 5-4　伦敦铜日线走势图

在图 5-4 中 A 线段所表示的，长期趋势为上涨趋势。B 线段所表示的，中期趋势为下跌趋势。C 线段所表示的，短期趋势为上涨趋势。

（三）趋势发展时期的判断

对趋势发展时期判断对我们来说选择买卖时机非常重要，比如，假设你是中线交易者，则你的当初买点就要选在趋势启动的初期，加仓买点就是选在趋势发展的时期。具体看盘中你通过对品种日线或者周线走势图的观察，能够准确地了解它当前是处于趋势发展的哪个阶段：初期、中期还是末期。判断方法可以参考伦敦铜周线走势图，如图 5-5 所示。

在图 5-5 中，AB 段是突破长达一年的盘整区之后形成的上涨趋势的初期，BC 段是上涨过程中的横盘修正阶段，CD 段是上涨趋势的延伸阶段，即为末期。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

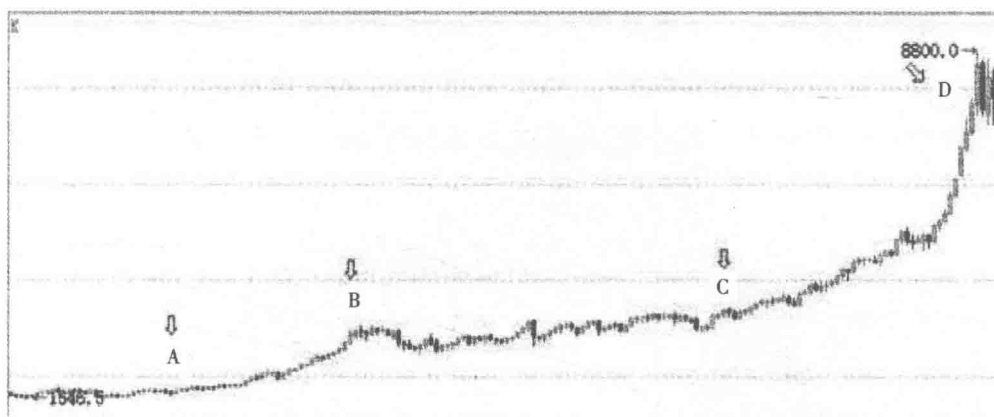


图 5-5 伦敦铜周线走势图

四、趋势的支撑位和阻力位

支撑与阻力是期货交易中最具有价值的交易指标，大多数成功的交易员都非常看重这个指标。很多被证实有效的交易系统也是建立在支撑与阻力的基础之上的。支撑与阻力为什么这样神奇？前面已经讲过趋势，大家都了解到趋势由一系列的波峰与波谷组成，在这里波峰是阻力而波谷则是支撑，如果一个趋势要延续就必须突破或者跌破前一个阻力或者支撑，这个不容置疑的事实就是支撑与阻力则成为每个交易者非常注重的技术分析方法。支撑与阻力就是趋势理论中的非常重要的组成部分。

（一）支撑和阻力理论的要点

（1）支撑是反作用的最低点，阻力是反作用的最高点。

（2）在上升趋势中，阻力是表示着上升趋势的停顿，往往会被突

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

破；在下降趋势中，支撑是表示着下降趋势的停顿，往往会被突破。

（3）上升趋势需要继续，每个支撑位就应该高过前一个支撑位；下降趋势需要继续，每个阻力位就应该低于前一个阻力位，如图 5–6 所示。

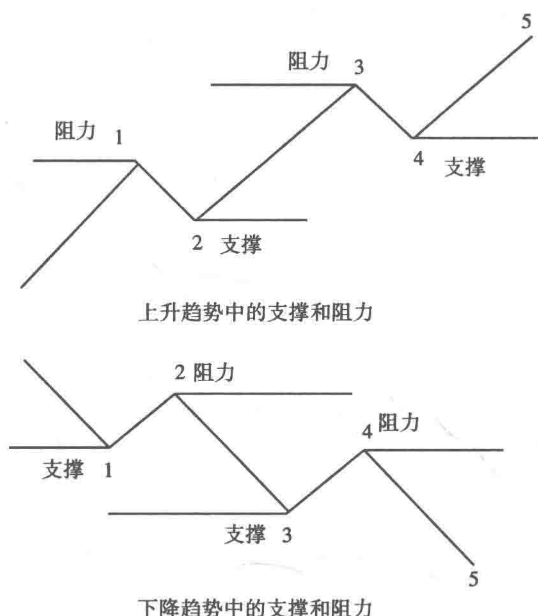


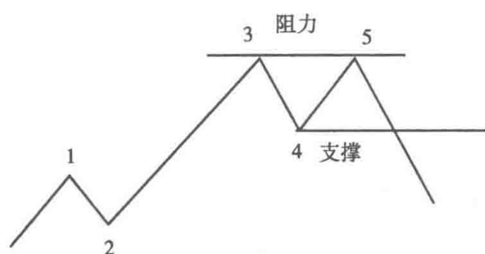
图 5–6 上升趋势中与下降趋势中的支撑和阻力

（4）在上升趋势中不能突破前一个阻力位或者在下降趋势中不能击穿前一个支撑位，这则是趋势反转的第一个信号。

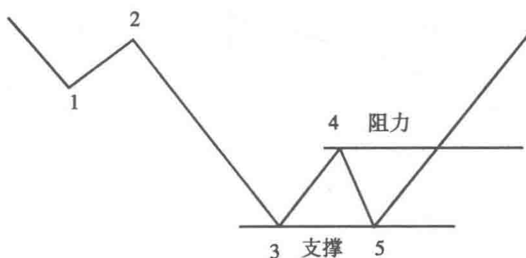
（5）如果上升趋势往下击穿支撑位或者下降趋势往上突破阻力位，这则是趋势反转的第二个信号，如图 5–7 所示。

（6）支撑与阻力一旦被有效穿越便会产生角色互换，当主要支撑位被击穿以后，该支撑位就转换成了主要的阻力位；当主要的阻力位被突破以后，该阻力位就成了主要的支撑位，如图 5–8 所示。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



上升趋势反转的例子



下降趋势反转的例子

图 5–7 上升趋势反转与下降趋势反转的例子

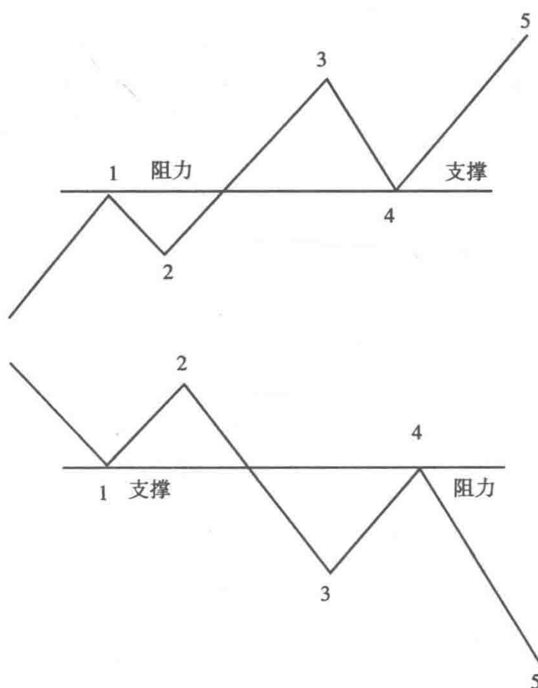


图 5–8 西方图表分析的精髓"角色互换"

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



（7）在支撑区与阻力区交易越长久，成交量越活跃，该区域就越重要。

（8）传统的10、20、50、100等整数位通常会产生支撑或阻力，做多的时候必须在整数以上下单，做空的时候必须在整数以下下单，以免整数区域无法成交。

（二）支撑和阻力的内在心理因素分析

期货市场中基本存在多头、空头以及观望者。多头就是手持多单的交易者，空头就是手持空单的交易者，观望者是还没有进场的交易者。

价格在一个支撑区域波动一段时间之后，开始往上运动，多头后悔最初购买太少，当价格回落到支撑区附近的时候他们将增加自己的头寸。空头就会感觉自己站在了错误的一方，他们期望价格回落到支撑区附近，让自己一个不至于亏损太多的退出点，少数交易员就会翻空做多，加入多方阵营。而部分获利了结的多头，就会兴高采烈地再次在支撑区买入。至于那些开始还没有打定主意的人，也意识到价格开始上涨，决心要在下一个买入时机进入牢固的支撑。

可是，假如价格由上涨转为下跌，并且跌破前一个支撑区，那么市场参与者的反应正好相反。当初造就支撑区的是市场下方的买单，可是现在的情况完全反了过来。支撑区被击穿，多头遭受损失，为了不使亏损扩大，多头就纷纷地平仓，少数交易员就会翻多为空，而空头便采取更积极的态度，观望者不想错过时机也会在曾经的支撑区进行放空，则曾经导致支撑的一切因素全都转为了阻力，一起给价格在上方加上了重重的砖板。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



（三）依据支撑和阻力制订的机械交易计划

当价格接近于支撑的时候，假如交易者预期价格会在这里得到支撑恢复上涨，则就可以考虑，在支撑位做多，并且把止损放在支撑位以下。（入市点）

当价格接近于阻力的时候，假如交易者预期价格会突破阻力位，则就必须等待价格进一步的变化，在价格突破阻力位的时候入市做多，并且把止损放在阻力位以下。（入市点）

五、趋势线的应用

跟支撑与阻力一样，趋势线也是趋势理论的很重要内容。期货投机市场技术者有这么一句名言："一把直尺能打天下。"它的意思就是说只要能够准确地画出价格运行的趋势线，就能在期货或股票市场投机中获胜。由此可以看出趋势线理论的重要性。

所谓趋势线是指上升行情中两个以上的低点的连线以及下降行情中两个以上高点的连线，前者称为上升趋势线，后者称为下降趋势线。上升趋势线的功能在于可以显示出价格上涨的支撑位，一旦价格在波动中跌破这条线时，则意味着行情很有可能出现反转，由上涨转为下跌；下降趋势线的功能在于可以显示出价格下挫中回升的阻力，一旦价格在波动中向上突破这条线时，就意味着价格很有可能会止跌回升。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



（一）画趋势线的要点

通常来说，所画出的趋势直线必须有两个低点或者高点就可以构成，然而趋势线被触及的次数至少三次，才可以确定趋势线是有效的。趋势线被触及的次数越多就越重要，这条趋势线持续的时间越长，这条趋势线就越有效。

交易者在画趋势线的时候必须注意以下几点：

（1）趋势线按照价格波动时间的长短可以分为长期趋势线、中期趋势线以及短期趋线，长期趋势线必须选择长期波动点当作画线根据，中期趋势线就是中期波动点的连线，而短期趋势线建议运用 30 分钟或者 60 分钟 K 线图的波动点加以连线。

（2）画趋势线的时候必须尽量先画出不一样的实验性线，等待价格变化一段时间之后，保留经过验证可以反映波动趋势、有着分析意义的趋势线。

（3）趋势线的修正。比如我们用上升趋势线的修正为例，当价格跌破上升趋势线之后又很快地回到该趋势线上方的时候，必须把原先使用的低点之一与新低点相连接，获得修正之后的新上升趋势线，从而更准确地反映出价格的走势。

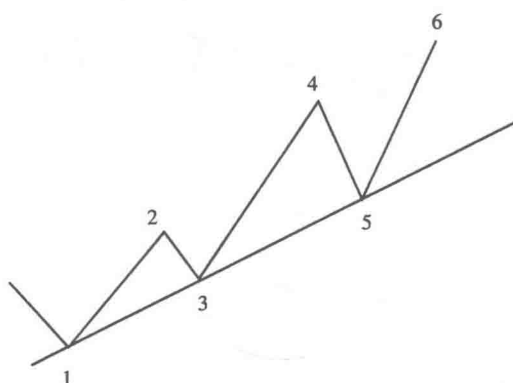
（4）趋势线不必太陡峭，否则极易被横向整理突破，就失去分析的意义。在研判趋势线的时候，必须谨防主力运用趋势线做出的“陷阱”。通常来说，在价格没有突破趋势线之前，上升趋势线是每一次下降的支撑，下降趋势线就是价格每一次上涨的阻力。价格在突破趋势线的时候，假如出现缺口，反转走势很有可能产生，并出现反转后价格走势有一定的力度。价格突破下降趋势线的阻力而上涨的时候，通常需要大量的成交量的配合，而价格向下突破上升趋势线的时候，成交量通常不会放大，而是在突破后几天之内成交量迅速地放大。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



（二）趋势线的应用要点

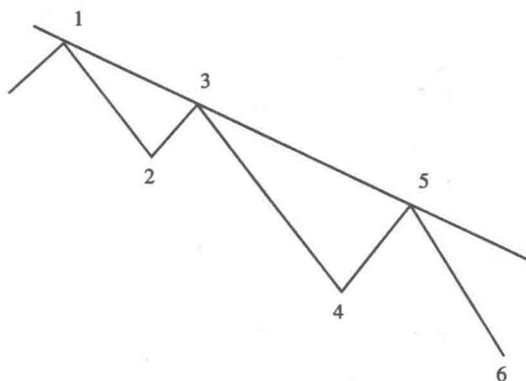
（1）上升趋势线就是一条沿着持续的反作用最低点向上画出的直线，如图 5-9 所示。



连接 1、3 形成暂定趋势线，5 进行确认，形成有效趋势线

图 5-9 上升趋势线

（2）下降趋势线就是一条沿着持续的反作用最高点向下画出的直线，如图 5-10 所示。



连接 1、3 形成暂定趋势线，5 进行确认，形成有效趋势线

图 5-10 下降趋势线

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

（3）一条有效的趋势线应该由第三次触及该线并且反弹才可以加以确认。

（4）一旦得到一条有效的趋势线，价格一般根据趋势线呈现出的斜率与速率进行运动。

（5）价格对有效趋势线的突破就是趋势很有可能反转的早期警告。上升趋势的支撑突破（黄河商品 GQ03 合约的行情图形）、下跌趋势阻挡的突破（黄河商品 CQ03 合约的行情图形）分别如图 5-11 和图 5-12 所示。

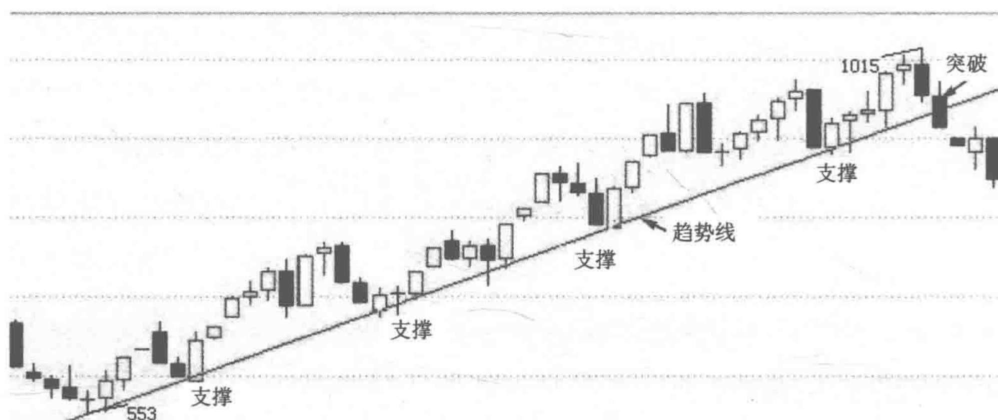


图 5-11　上涨趋势的支撑突破（黄河商品 CQ03 合约的行情图形）

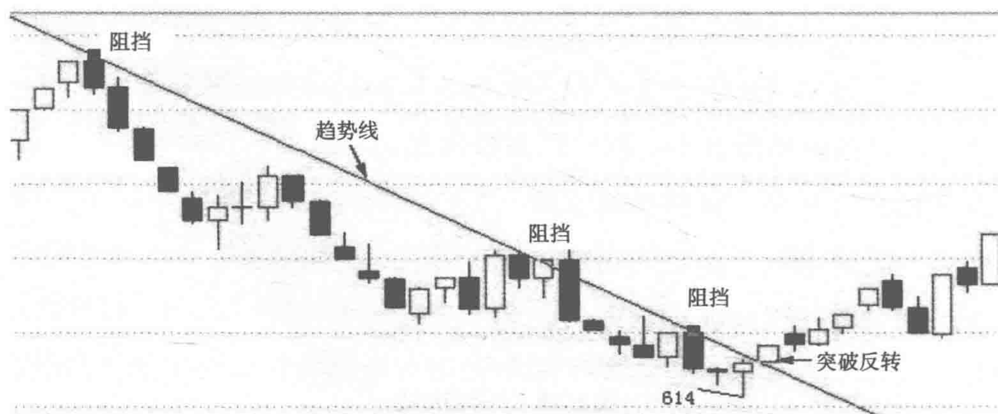


图 5-12　下跌趋势阻挡的突破（黄河商品 CQ03 合约的行情图形）

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

必须注意：上涨趋势中的支撑趋势线以每个震荡小波段的最低价作为连线，当初以两点加以连接，然后逐渐修正，连接的点越多越准确。下跌趋势的阻挡趋势线以震荡小波段的最高价作为连线，当初以两点为准，然后逐渐修正。

（6）为了避免趋势线的假突破，可以运用过滤器加以辅助。一是价格过滤器。以价格跌破趋势线的幅度为标准，期货市场通常是 1%；二是时间过滤器，以价格跌破趋势线之后停留在趋势线另一侧的时间为标准，通常采用两天原则。

（7）趋势线通常相互转换，并且非常有效。趋势线中的阻力线和支撑线并非一成不变的，在价格突破了阻力线之后，阻力线就有可能变为未来趋势的支撑线，在价格跌破了支撑线之后，支撑线就有可能变为未来趋势的压力线。交易者在利用趋势线时必须注意阻力线和支撑线之间的灵活运用，如图 5-13 所示。

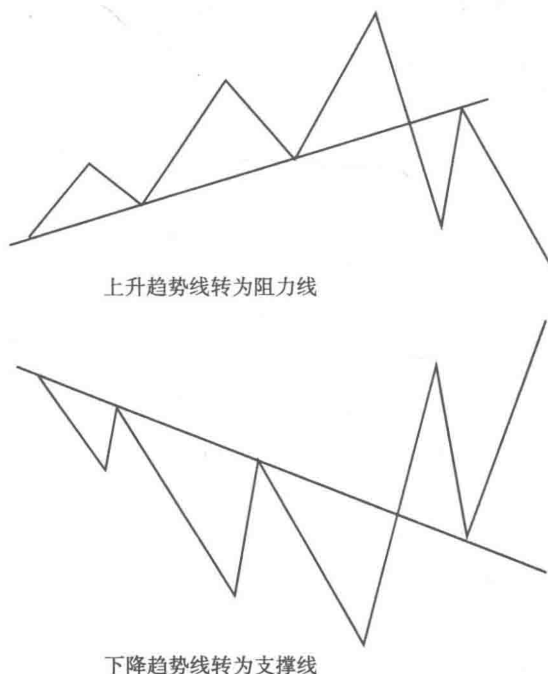


图 5-13 趋势线的互相转换

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



（三）如何判断趋势线的有效突破

如果一条有效趋势线被突破，价格离开趋势线的距离，一般与趋势反转过去价格在趋势线的初始点达到的竖直距离相当。具体来说，它有着如此特征：价格穿越的幅度达到2%；持续两天以上收盘价突破；成交量至少比5日均量放大50%。

（1）通常情况下，期价应该穿越趋势线，而趋势线一旦被突破，就可能意味着大势将要转坏，与此同时走势形态（头肩顶、三角形等）也被跌破，就可以更加得到确定。相反，假如下跌趋势已经持续了比较长一段时间，期价配合市场形态同时突破的时候，由此能够确定期价趋势将要发生反转。一般来说，穿越趋势线2%以上的价差幅度才能够确认为有效突破。

（2）在上升趋势线被突破之后持续两天以上创新低或者下跌趋势线被突破之后持续两天创新高，通常可以当作有效突破。

（3）期价在向上突破下降趋势线的时候，应该伴随着大量的成交量增加。往下突破上升趋势线时就不一定需要成交量增加，然而必须注意观察之后几天的走势才可以确定。

（四）趋势线的斜率

趋势线的相对陡峭程度（斜率）是非常重要的。

（1）通常而言，趋势线的倾斜角度为45度的趋势是最具有意义的。

（2）如果趋势线太过于陡峭，一般表明价格上涨过快，因此无法持久，假如被跌破了，可能只是调整到45度上下，而不是趋势的逆转。

（3）假如趋势线太过于平缓，就表示这个趋势太弱，所以不太可靠。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

（五）如何确定趋势线的重要程度

（1）如果趋势线没有被触及的时间越长越重要。

（2）如果趋势线所经过试探的次数越多越重要。

趋势线的重要性越强，由其引发的信心就越大，则其突破就具有重要的影响。比如月、周、日所形成的趋势线。

趋势线必须描述全部价格变化，尽管收市价是非常重要的，然而只代表全天价格活动的一个片段，而当天全部价格范围包含了当天所有价格变化，应该更加有意义。

（六）如何对待趋势线的细小穿越

（1）如果趋势线穿越，但之后依然按照趋势运行，就可以忽略不计。

（2）有的就必须折中一下，如果补充一条新的试验性趋势线，则在考虑未来价格的时候，就既有原趋势线，又有新趋势线，以便参照。通常的看法是，如果突破的动作规模相对比较小，只是当天内的一时之举，并且收市价又回到原趋势线之上，那么上策就是忽略这个“毛刺”。

六、判断趋势反转的技巧

在对行情加以技术分析的时候，对走势进行形态分析是很重要的一项工作。通常来说，价格形态可以简单地划分为反转形态和持续形态两大类型。这两大类型的形态有着非常不同的技术含义，所谓反转

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



形态是表示现在分析对象的市场趋势正在或者将要发生重要的转折，在趋势上将要产生方向性的变化；而持续形态则表示市场的趋势在现在的形态变化过程中不会产生变化，原先的趋势与方向仍然将会得以持续，现在可能只是一个暂时的休整过程，以前走势中的超买或是超卖现象通过整理形态得到适当的修正。最关键的就是，应该在形态形成的过程中及早地判别出它所属的类型。

（一）持续型形态

持续型形态包括三角形、旗形、三角旗形、楔形以及矩形。这类形态往往反映出现行趋势正处于休整状态，并非趋势的反转，所以，往往被归纳为中等的或者次要的形态，称不上是主要形态。

（二）反转形态

反转形态包括单日反转、双日反转、复合头肩型、三重顶（底）、双重顶（底）、头肩底、头肩顶以及圆形顶。这类形态往往表示旧趋势已经结束，一个新的趋势正在形成。对于趋势交易者来说，识别反转形态是相当重要的。一旦出现反转形态，趋势交易者必须马上做出反向交易的决策。

（三）判断趋势反转的要点

尽管两种形态的分析在交易过程中都有极强的实战价值，然而交易更多关注的是反转形态。所以，交易者要准确判断与掌握这些不同的反转形态之前，必须先了解反转形态所必备的几个基本要点。

（1）市场应该在这种形态之前存在很明显的趋势行情。这则是判断任何一个反转形态所具备的前提条件。假如分析对象在这种形态之前的趋势越模糊，那么这种形态成为反转形态的可能性就越小。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



交易者必须注意的是，趋势性行情只包含上涨趋势或者下跌趋势这两种情况，对于横盘震荡整理的无方向性走势，通常不属于反转形态的前提条件。

（2）最重要的趋势线被有效地突破。在反转形态的判断上，这意味着过去较长时间形成的趋势将要出现反转的一个很重要的信号。从大多数比较标准的反转形态来看，在整个形态的完成过程中，均会伴随着前期阻力线或者支撑线被有效突破的现象产生。

假如在这种形态接近完成时还没有出现趋势线被有效突破的情况，那么这种形态很有可能向时间跨度较长的整理形态变化。尽管主要趋势线被突破，然而若被突破的时间比较晚，那么通常情况下不会立即在该形态结束之后就发生反转，更有可能的是原先的上涨趋势或者下跌趋势向横盘整理的格局变化。反转形态的出现有时候也只是表明之前趋势的结束，而并不能保证新的趋势会马上形成。

（3）假如反转形态形成在底部位置，则在这种形态出现往上突破的后半段就要求伴随着成交量的逐渐放大。成交量通常在重大阻力位被突破时起到关键的作用，量价配合越理想，它的可靠性就越强。不管是大盘还是个股，在向上的整理形态将要结束，反转趋势基本形成的时候，很多情况均会同时出现政策面或者基本面的利好来支持行情的发展。

（4）反转形态的跨度与波动幅度越大，反转形成之后所出现的行情变动幅度就越大。形态的跨度与波动幅度则是由波动幅度与时间这两个因素来区分的。通常来说，将来行情的目标位与反转形态的波动幅度和形态的酝酿时间有着直接的正向关系。假如形态的酝酿时间比较长，波动范围比较大，那么之后就很有可能出现比较大规模的趋势型行情。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第六章　理查德·丹尼斯的风险控制法则

理查德·丹尼斯成功的关键之一，跟其他著名交易员成功的关键是相同的，在于他们有能力控制亏损——将它们限制在能够接受的水准之内。

理查德·丹尼斯刚满 20 岁的时候就掌握了这种非凡的能力。他与大多数人不同的是，大多数人靠感觉做出决策，理查德·丹尼斯依靠数学工具来计算风险，并把数学工具作为他的优势。

理查德·丹尼斯在接受媒体采访时说道："首先，我会力争将每笔交易的风险控制在投资组合价值的 1%之下。其次，我会研究每笔交易的相关性，进一步来降低风险。我每天都会做出电脑分析，了解持有部位的相关性。随着经验的积累，我了解到在持有部位相关性方面所犯的错误，可能会造成重大的交易危机。如果你持有 8 项相关性很高的部位，这无异于进行一笔规模与风险是原先 8 倍大的交易。"

他指出：控制风险，守住阵地，否则你可能等不到创造成果的那一天。因此，你应该减少损失保存资本，等待能够一展所长的时机，否则无缘无故、不断地赔钱，盈利机会到来时只剩下少量资本很难有大作为。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



一、控制风险，守住阵地

理查德·丹尼斯说，如今的一般交易者对风险已经有了很多认识，然而他们还是不懂概率。大多数人根据直觉不断地赔钱，还有的人喜欢摊低成本，结果也是赔钱。尽管他们快死了，也不知道什么是正确的。然而除了这些人之外，还有极少数人，他们不同寻常，他们知道什么时候买入，什么卖出，他们也懂得如何评估风险。

一开始理查德·丹尼斯进入期货市场并不懂得如何交易，然而他学得非常快，他懂得必须像赌场经营者那样去思考：

当我一开始的时候，我的系统叫“不论如何，不能要有自己的观点。”4 年以来，我一直利用这个优势。假如有人给我一条消息，叫我买入燕麦，我并不认为他了解很多东西。我只是知道我有一点点优势，当日结束的时候，这个优势大概相当于我的利润。很显然，从短期来看，这样的事情不一定就会发生，然而从长期来看，它必然会发生。我尽量将自己当作赌场经营者。这并不新鲜和奇怪。交易所的人一直这样做。而对于中美交易所来说，它有一个优点，由于无人知道你可以利用巨大的成交量来平衡风险。我就是这样开始的。

我曾经做过一笔很糟糕的交易，发生在我离开研究生院之后的第一年，虽然仅仅损失了 300 美元，然而我只有 3000 美元的赌本啊，这笔亏损可不小。我不甘心地就这样输掉，又加码一手合约，还是持有原仓位，结果输得更惨。我一意孤行，第三次加码相同的仓位，结局惨不忍“赌”。交易结束之后，一天之内我输掉了我本金的 1/3，也就是 1000 美元。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



这次惨痛的教训让我懂得，遇到巨大的亏损时，千万要冷静，不能意气用事，赌红了眼。赶紧收手是唯一的选择。休整一段时间再考虑进场也不迟；否则，只会陷得更深、套得更牢、输得更惨。其实，如果我早一点学会控制风险，可能我也不会输得这么惨，说不定早就咸鱼翻身了。

从第一次犯错误亏损将近 1/3 本金时起，理查德·丹尼斯就学会了控制风险。

理查德·丹尼斯在接受媒体的采访时说道："第一，我会力争将每笔交易的风险控制在投资组合价值的 1%之下。第二，我会研究每笔交易的相关性。进一步来降低风险。我每天都会做出电脑分析，并了解持有部位的相关性。随着经验的积累，我了解到在持有部位相关性方面所犯的错误，可能会造成重大的交易危机。如果你持有 8 项相关性很高的部位，这无异于进行一笔规模与风险是原先 8 倍大的交易。"

他指出：控制风险，守住阵地，否则你可能等不到创造成果的一天。因此，你应该减少损失保存资本，等待能够一展所长的时机，否则无缘无故、不断地赔钱，盈利机会到来时只剩下少量资本很难有大作为。

实际上，操作之前，应该制订一份风险管理计划。这是指你在任何时候所能够接受的最大损失程度。不管任何市场，你应该设定自己能够接受的最大风险，或者你能够承担的最大损失。你必须计算，自己所能容忍最大损失占总交易资本的百分率。也应该明白，总体部位在任何时候所能够承担的最大风险以及认赔水平。

你还要懂得什么时候应该调整风险。只要市场状况发生变化，风险往往也会随着变化。因此，你应当根据市场状况调整风险程度。

最后，理查德·丹尼斯还强调，交易者必须优先考虑交易的每个

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



层面都需要纪律来规范。具备纪律规范，你所做的每件事都能够做得更好。

交易者为什么会赚钱或是赔钱？当然其中有很多因素可能会造成影响。每个交易者都明白应该马上认赔，交易频率不要太高，想要制订风险管理计划，必须预先做好详细的准备。然而，假如没有严格的纪律规范，那么就无法将这一切结合在一起而成为优秀交易者。

交易者还要学会如何控制亏损，包括每笔交易、每天与整体账户的损失在内。如果不能做到这点，最终会遭遇巨额的损失，甚至使得你破产。在资金管理计划之内设定这些规范并不太难，问题在于你是否能够如实地去执行。

二、运用概率来管理风险

理查德·丹尼斯发现期货交易是一门概率学的应用学科。他说：“我们寻找概率和特定的模式。假如这些模式出现了，那么我们就管理风险，就开始进行交易。”

理查德·丹尼斯举了这么一个例子说明风险管理理论。

假设是掷硬币。你有 400 万美元。每次掷硬币的时候你要下注 400 万美元。你有 90%的机会能够赚取 400 万美元，有 10%的机会输掉 400 万美元——也就是你全部的本金。尽管概率对你有利，你真的敢下注吗？不敢，理查德·丹尼斯明确地说：“我靠概率交易，如果是好的下注机会，我会下注。但是，请等等，如果正面是 400 万美元，反面也是 400 万美元……我了解到得克萨斯州许多从事原油和天然气的人均破产了。他们在原油和天然气方面很会赚钱，然而他们总是用

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



自己的农场下注，最终都输掉了。”

理查德·丹尼斯与大多数不同的是，大多数靠感觉做出决策，理查德·丹尼斯依靠数学工具来计算风险，并把数学工具作为他的优势。

理查德·丹尼斯说，接受许多小亏损的现实总是比错过大利润要好。统计学上的错误就是认为无知对交易有利。

理查德·丹尼斯的统计学思想是基于奥卡姆剃刀原理。用现代语言来表达就是："保持简单，做个傻瓜！"理查德·丹尼斯的交易规则要想起作用，要想有统计学上的可靠性，就必须保持简单。

理查德·丹尼斯指出，交易很简单的原则就是，你期望自己的交易方法长期下来能够赚多少钱？

也就是说，"你的投资决定平均每笔交易能够赚多少？"或者 21 点玩家所说的："你的优势是什么？"理查德·丹尼斯的第一步就是了解自己的优势在哪里。

理查德·丹尼斯以篮球赛作了一个比喻，由于交易的成功率与运动员的平均命中率差不多。理查德·丹尼斯是如此解释的："这就好比篮球平均的命中率为 35%，而交易系统的平均成功率也是 35%。"

关于 35%的命中率，就看是哪种方式进球。是二分球还是三分球？在交易中，期望值越高，赚得就越多。在条件相同的情况下，每笔交易期望值是 250 美元的系统比每笔交易期望值是 100 美元的系统赚的钱要多。理查德·丹尼斯原则的每笔交易为正期望值，由于赚钱的交易比赔钱的交易赚得多。期望值（也称为优势）可以用这样的公式来计算：

$E=(PW \times AW)-(PL \times AL)$

E = 期望值或优势

PW = 胜率

AW = 平均盈利

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



PL = 败率

AL = 平均亏损

比如，一个交易系统的成功率为 50%。赚钱时每笔赚取 600 美元，赔钱的时候每笔亏损 400 美元。那么这个交易系统的优势为多少？

$E = (PW \times AW) - (PL \times AL)$

$E = (0.50 \times 600) - (0.50 \times 400)$

$E = 300 - 200$

则优势 = 每笔交易赚取 100 美元。

长期下来，你每笔交易能够赚 75 美元。再比较一下另一个交易系统，成功率为 40%，平均每笔赚取 1000 美元，平均每笔亏损为 400 美元。这个系统与第一个系统相比怎样？

$E = (PW \times AW) - (PL \times AL)$

$E = (0.40 \times 1000) - (0.60 \times 400)$

$E = 400 - 240$

优势 = 平均每笔交易赚取 260 美元。

尽管第二个交易系统的成功率比第一个交易系统的成功率要低，然而它的优势却是第一个系统的 2.6 倍。事实上，如果第二个系统成功率是 25%时，就不赚也不赔；而如果第一个系统成功率为 66%时，就不赚不赔。很显然，假如你听媒体说 90%成功率的交易，那实际上就是误导。成功率并不能说明任何问题。

请大家这样来思考。在美国拉斯维加斯，很小的优势就让赌场长期发展下去。拉斯维加斯与中国澳门都是依靠优势赚的钱而建立起来的。理查德·丹尼斯一直期望他的交易像赌场那样。

投机期货交易与赌博游戏在经济和法律方面都存在很大的区别，然而对于典型的投机者来说，这两种行为的相似性远远超过了它们之间的区别。投机期货交易与赌博的原因是一样的：利润、刺激、消遣、

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



被迫或以上这些原因的混合。最重要的是它们的很多规则也非常相似，所以适合于赌博游戏的一些规则也同样适合于期货交易。

你应该计算出每笔交易来得出你的优势是多少，由于假如你不了解优势，你其实就是在赌博。不是你正确的频率，而是你正确的程度。

所以，不要从交易结果来评判自己的能力，由于我们懂得最大的可能是赔钱。我们应该从概率的角度来考虑问题，正因为这样，我们在面临巨大的风险与不确定性时仍然信心十足。

总的来说，假如期货投资者能够把概率论运用起来，那么对市场本质的认识以及实际交易过程都会有很大的帮助。

三、衡量风险与回报的方法

理查德·丹尼斯说，成功的交易者必须对风险加以量化和分析，真正地理解并且去接受风险。从情绪上与心理上接受风险决定你在每次交易中的心态。个体的风险容忍度与交易时间的偏好，也使得每个交易者各有不同之处。选择一个可以反映你的交易偏好与风险容忍度的交易方法。

他认为，在期货交易过程中，管理风险主要包括风险度评估、风险承受力评估以及风险控制操作等内容。风险度评估能够利用期望收益率与风险率的比率来量化，风险承受力的评估能够运用在每一次交易中交易者可以承受的资本损失率来量化。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



（一）主要的风险

在风险重重的期货市场中，很多交易者担心的主要风险有四种：

（1）回落所造成的风险。大多数人都太高估了自己在高风险水平之下所承受巨大波动的能力，很多人都经不起大幅度的回落。对于新手来说可以调整一下风险水平以降低回落程度，然而相应地降低了回报率，这则是一种很明智的妥协。而在理查德·丹尼斯看来，返回利润仅仅是游戏的一部分。他曾承受过高达70%的回落幅度，能够承受这种波动的人非常少，对绝大多数人的心理承受能力来说，这都是非常难熬的一关。

（2）高回报率所造成的风险。尽管回报率很低，你赚取的利润微不足道，你所承受回落的风险较小。一般来说，稳定的系统要优于不稳定的系统，是由于回落衰落导致心理问题，很有可能开始怀疑系统的准确性。高回报率必须承受更大回落的可能性更高，那么它所承受的风险也更大。而回报率较低、稳定的系统所承受的风险更小。

（3）价格震荡所造成的风险。价格震荡所引起的出人意料的事件或者灾难，一般来说，由于它们发生非常迅速，因此没有机会止损。一个或者多个市场中出现价格的突然波动，造成无法挽回的重大亏损。比如1987年美国股灾，所有市场都一起暴跌，理查德·丹尼斯一天亏损高达65%，并且很难退出市场。系统的历史检验全然估计不到这种情况的亏损。在为自己的账户设定风险水平时，所有想生存下去的交易者都会小心地考虑价格震荡的风险。任何一个想取得高回报的人都要承受同样高的回落风险，甚至很有可能在一次巨大的价格震荡中输得一无所有。

（4）系统死亡所造成的风险。市场状态改变，会导致曾经有效的系统突然失效。主要是市场结构的变化，特别是参与者的变化，参与

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



者运用交易策略的变化。假如一种交易策略被大多数人运用，失效的速度就越快。包括套利与趋势跟踪，然而大多数人忍受不了趋势跟踪必然要面对的巨大回落，因此趋势跟踪策略长期来看一直有效。同样，趋势跟踪策略具有周期性，由于经历一段高收益时期之后，就会有大量的资金跟风涌入，往往会出现几个相对艰难的年头，当交易者们在一段艰难时期之后纷纷撤出资金的时候，好时期往往又会再次到来。

（二）衡量风险的方法

在量化风险的过程，理查德·丹尼斯常用这些方法：

（1）最大回撤。从最高点到此后最低点的百分比。

（2）最长回落期。从一个顶点到下一个新顶点的最长周期。

（3）回报标准差。所谓标准差就是指一组数值自平均值分散开来的程度的一种测量观念。一个比较大的标准差，则表明大部分的数值与它的平均值之间差异比较大；一个比较小的标准差，则表明这些数值比较接近平均值。

（4）R 平方值。它就是一个新的风险回报比率指标。

（三）衡量风险回报率的方法

理查德·丹尼斯对风险回报率的衡量，主要应用夏普比率、MAR 比率。

（1）夏普比率。夏普比率是由诺贝尔奖获得者威廉·夏普于 1966 年所创造的一个概念。当初被称为回报—波动比率，被应用于比较共同基金的业绩。风险水平与回报的波动性直接相关。大多数情况下，回报的稳定性越大，实际风险水平就越大。

夏普比率计算公式：$= [E(Rp) - Rf]/\sigma p$

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



其中，E(Rp) 为投资组合预期报酬率；

Rf 为无风险利率；

σp 为投资组合的标准差。

当投资组合内的资产都是风险性资产的时候，同样适用于夏普比率。夏普指数表示投资者每多承担一分风险，就能够获得几分报酬；如果它是正值，则表明基金报酬率要比波动风险高；如果它是负值，则表明基金操作风险要比报酬率大。如此一来，每个投资组合都能够计算夏普比率，即是投资回报与多冒风险的比例，这个比例越高，投资组合越好。

举一个例子来说明，如果国债的回报为 3%，而交易者的投资组合预期回报为 15%，交易者的投资组合的标准偏差为 6%，则用 15%减去 3%，能够得出 12%（代表交易者超出无风险投资的回报），再用 12% ÷ 6% = 2，表示交易者风险每增长 1%，取得 2%为多余收益。

（2）MAR 比率。MAR 比率又称为获利代价，就是为了得到利润，需要承受多大的回撤作为代价。它是衡量单位风险的回报和最大风险。

它的计算公式为：年均回报率/最大的回撤幅度。

回撤是按照月末数据来计算的。这个比率是风险回报比率的一个十分快捷而又直接的衡量指示。MAR 比率比夏普比率能够更好地衡量一个交易策略的收益与风险的比率，能够更好地过滤掉一些实际上表现不好的交易策略。

四、重要的是要控制投资组合的风险

理查德·丹尼斯说，不要随机入市，然后再做打算。这则是真正的

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



禅。假如你应用了合理的风险管理，你就能够在危险来临时更好地处理风险。

对于风险控制的要点，理查德·丹尼斯非常明确地指出："重要的是要控制投资组合的风险。交易者必须处理好它们。"

对理查德·丹尼斯而言，单笔交易亏损一点没关系，然而要了解到整个投资组合会亏损多少。

理查德·丹尼斯对投资组合的风险管理做出这样的规定：

（1）每个市场最多只能投入 4 个头寸单位。

（2）在高度相关的多个市场之中，多头与空头单位都不能超过 6 个。

（3）在任何一个方向上总交易量都不能超过 10 个头寸，而对于没有相关性的市场可以放宽到 12 个。

（一）投资组合的选择和仓位的平衡

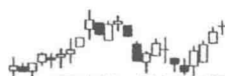
这个理念对每个市场都适用，换句话说，只要有市场，就有流动性，只要有波动性（理查德·丹尼斯通过波动性赚钱），则就适用，任何市场都可以像理查德·丹尼斯那样交易。

你不是仅仅交易一种投资组合，目前交易者们都利用理查德·丹尼斯交易法则来操作各种不同的组合，比如股票、货币、债券以及商品等，于是造成各个交易者业绩相差非常大。然而最关键的一点是，不要在一系列高度相关的市场进行投资。

但是避免高度相关的市场，这是非常重要的。简单来说，相关的市场涨跌则是一致的。假如投资组合中相关的市场太多，那么就会增加交易者的单位风险。

比如，道琼斯工业指数与标准普尔 500 股指期货就是高度相关的。两者涨跌是一致的。购买 1 单位道琼斯工业指数并购买 1 单位标准普尔则相当于在同一个市场购买两个单位。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



或者说，加入苹果电脑和戴尔电脑都在交易者的投资组合中。这两只股票也会同时上涨或者下跌。理查德·丹尼斯建议，正常的交易策略就是建仓一个单位的苹果电脑。可是，假设还买入一个单位的戴尔电脑，这两只股票是高度相关的，那么就相当于在交易两个单位的苹果电脑，这样的话风险就增加了 1 倍。

由于期货交易运用保证金制度，假如仓位过高，或者将仓位集中在相关性很高的品种上，一旦市场出现较大的不利变化，那么便会引发爆仓的风险。因此，经验丰富的交易者就会非常重视分散投资。通过投资不同的市场、不同的标的，把资金配置在相关性低的多个品种上来分散风险。在不同标的之间，仓位的分配也不是一样的，波动大的标的要比波动小的品种配置更低的仓位。

（二）多头和空头相结合的方式

理查德·丹尼斯说，如果你把多头和空头相结合，那么这种交易方式在很大程度上就会提高资产组合的多样化。

他举了这样的例子：如果说你在做多玉米、饲牛、黄金以及瑞士法郎，一共有 4 个多头单位。同时空头仓位是英镑、铜和白糖，一共有 3 个空头单位。

即便如此看来头寸出现了重合，然而通过单位调整，仍然能够计算你的风险。假设同时持有 4 个单位多头和 3 个单位空头，为了计算总的风险，你应该在两个投资单位中取最小值，除以 2，然后用大的投资单位减去这个商，即为 $4-(3/2)=2.5$，这就是你在不承担额外风险的前提下投入更多的单位资金。

理查德·丹尼斯为什么要重视头寸的多样化？由于理查德·丹尼斯无法预测哪一个市场将会出现大的趋势，也无法预测任何一个趋势的变化幅度，假如错失了一个大的趋势，那么理查德·丹尼斯整整一年的

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



努力就白白地浪费了。多样化的投资组合可以有效地降低这种风险。任何一个趋势交易都必须分散投资，防止错失大的趋势。

（三）对整体投资组合也要有单位的限制

前面已经讲过，理查德·丹尼斯对每笔交易都有单位的限制，对整体投资组合也有单位的限制。理查德·丹尼斯依据资金就能够明白该持有多少份合约。

所以，理查德·丹尼斯的风险管理对止损、加仓、投资组合均有规定。

比如，玉米合约（标准玉米合约每基点的价格等于 50 美元的合约）的 N 为 7 基点，风险则是 350 美元（7 基点 × 50 美元）。假如理查德·丹尼斯接到了一个玉米的突破信号（止损为 2N），他合约的风险则是 350 美元 × 2，即为 700 美元。

假设账户为 10 万美元，单笔交易风险为 2000 美元。要买卖的合约数量就是用合约风险除以 2%所代表的风险。那就是买卖 2.67（2000 美元/700 美元）份期货合约。当然，合约只能够买入整数，那么就是 2 份合约。因此，当突破信号出现的时候，他交易 2 份玉米合约。

这个规则适用于玉米，也同样适用于黄金、可口可乐，用单位来表示。这就是理查德·丹尼斯不用基本面而用数字交易任何一个市场的原因。

除了运用 N 来计算波动性，理查德·丹尼斯还运用了其他方法。它也是开始的止损点（也称为入市原则）。理查德·丹尼斯将 2N 作为止损点。简单来说，他的开始止损点，或者称为强制止损点，则是日线 N 的两倍。

比如，假设玉米有突破，收盘价为 250 美元，理查德·丹尼斯就很快地计算 N 为单位的止损点。假如 N 为 7 基点，2N 的止损则是 14 基

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



点。那么止损点就比入市价低 14 基点。假如入市价为 250 美元，则止损就是 236 美元（250 美元–14 美元）。假如价格到了 236 美元，你必须退场。不要怀疑，必须按照规则去做。

如果你在交易谷歌时，它的 ATR 为 20。2ATR（2N）止损则是 40。假如谷歌下跌了 40 个基点，你应该退场，不要多想。

理查德·丹尼斯认为，不能交易无限的单位。每个单位表示了有限资金的 2%。也不能过度交易，任何市场只能交易 4~5 个单位。

比如，10 万美元的投资组合能够购买 1 份债券合约，然而 100 万美元的投资组合能够购买 5 份。假如债券合约增值了，就可以多买一些其他品种。

五、把握好风险与杠杆的平衡

理查德·丹尼斯说："交易额越大，回报越大，缩水也越大。这就是一把'双刃剑'。"同时他认为，期货交易应该减少杠杆比率。

"我在一天之内缩水了 60%，尽管当天收盘的时候还是赚了 140%。当时，我管理的资金规模将近达到 80 亿美元，我想在一天之内缩水达到 60%绝不是好主意。因此我减小了风险，交易额极小，打算每年只赚 20%。"

运用高杠杆就是理查德·丹尼斯业绩波动的主要原因。理查德·丹尼斯说："我们非常疯狂。后来在 20 世纪 70 年代中期以及 80 年代，我们说'还是以 15%或 20%为目标吧，我们能够将资金提高到 10 亿美元。'假如你的资金很高，人们对 15%或 20%的收益是十分满意的。"

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



关于杠杆，很多期货交易大师与理查德·丹尼斯观点是一样的。比如说，期货交易大师保罗·都铎·琼斯认为自己和别人一样应该减少杠杆。他的回报率从 20 世纪 80 年代开始减少，然而他的回报额还是与以前一样多。他说："我个人对风险与波动性有什么看法。我想很多人随着年龄的增长，他们的观点与我相似。不论什么事都与杠杆有关系，你能够承受多大的缩水，你就运用多大的杠杆。我在年轻的时候，我的缩水非常大，频率也过高，杠杆也非常高。"

对于任何一个期货交易者来说，如何正视期货市场的高杠杆及其运作艺术，是增加收益、降低成本以及控制风险的先决条件之一。

如果杠杆大的话，盘面每亏损一个单位，实际损失的要大，赚钱也是如此。在杠杆高的情况下，入市保证金用的少，假如你不会控制仓位，那么风险就会很大，由于后市如果做错的话还要向里边追加风险准备金，由于杠杆大，因此没波动同样单位的价格，所需要补的保证金就多，再加之你的仓位控制不好，爆仓风险非常大。

假如杠杆很小的话，我们算一个极限，就是没保证金这一说，杠杆为 1：1 的话，这就没有追加风险准备金这一说法了，仓位控制不好也不会爆仓了。

期货就是一种杠杆交易，在 10%的保证金比例下，我们投入 1 元，相当于拥有了 10 元的价值，投入 100%的保证金的情况下相当于我们获得了 10 倍于账户资金的标的物价值。放大了获利的同时，风险也得到了扩大。由此可见，必须控制风险在可容忍的幅度之内，最有效和直接的方式则是控制投资的杠杆倍数。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



六、风险控制与资金管理

所谓的资金管理，是指控制市场风险的程度，保证交易者能够度过每个交易者都能够一定要遭遇的不利时期。交易者不仅要让盈利潜力最大化，而且还要将破产风险控制在能接受的水平，因此资金管理就是这样一门艺术。

因为风险管理有许许多多名字。也可以称为资金管理、头寸规模、赌注大小或者仓位大小。

理查德·丹尼斯交易法则之所以让他能够在变幻莫测的市场游刃有余，最主要的是在于他资金管理的运用。这套法则对头寸规模有非常严格的限制。

理查德·丹尼斯法则是这样描述的：

每一交易单位 = 账户的 1%/(N × 每点价值量)

其中，N 是市场价格波动的平均范围。

通过这个公式能够看到，决定头寸规模的因素中含有市场的波动性，也就是市场最大风险。将市场的可能风险考虑到每一笔交易头寸中是理查德·丹尼斯获得成功的关键。在确定了交易单位以后，理查德·丹尼斯依据市场的不同去限制最大的头寸规模，在单一市场是 4 个单位，在高度相关市场是 6 个单位。

理查德·丹尼斯认为，在交易系统中，资金管理是最重要的一个部分，甚至比交易方法本身还要重要。一个交易者拥有再好的技术分析手段，假如没有明确的资金管理意识和方法也是远远不够的。特别对于系统交易者来说，仓位控制与资金管理显得十分重要，严格的资金

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



管理是保证资金安全、游戏继续的保障。

所以，理查德·丹尼斯对加仓、止损以及离市都做出了明确的规定。在突破的时候只建立一个单位的头寸，在建立头寸之后没有达到最大头寸规模的时候，以 ATR/2 的价格间隔逐渐地增加头寸。在止损方面，任何一笔交易都不能出现 2%以上的风险，容许风险为 2%的最大止损就是价格波动 2ATR。当出现加仓并且有盈利的时候，止损位由加仓的点位计算，对应的所有头寸的止损线向上移。在离市方面，对于以 20 天突破为基础的偏短线系统，当价格达到 10 天最低价时所有多头头寸离市，当价格达到 10 天最高价时所有空头头寸离市。

在期货交易过程中，理查德·丹尼斯为什么特别重视资金管理与风险控制相配合？是因为理查德·丹尼斯的交易规则的目的在于捕捉每年只有两三回的、利润丰厚的大趋势，同时交易信号一旦出现就要果断地入场，因此通常会被错误信号所困扰，这就要求在平常的时候重视保持资金实力以等待时机。他的资金管理的要点就是，当建仓信号出现在一个波动强烈的时期，新建立的仓位就会少一些；假如建仓信号出现一个比较平稳的时期，新建立的仓位就会多一些。是因为假如价格波动频繁，就更容易出现虚假的信号。资金管理的另一个重要方面是在初始头寸产生一定幅度的盈利的时候，运用金字塔式的加码，同时还要求止损点立即跟进来保护利润。

例如，当市场在 100 价位突破之后，可以在 102、104 以及 108 价位时加仓。假设在 100 突破做多时的 N 为 5。如果你打算在每上涨 1N 的时候加仓。那么就必须在 105、110 等价位加仓。你最多加仓 5 个单位。你的止损为 0.5N，此后就是 2N。随后，一旦你买入了第二个单位，那个仓位的止损点都是新的 2N 止损。假如增加了新的单位，所有的止损点都应该是新加的单位的止损点。

因此这个过程不仅保护了账面利润，而且也不影响抓住大趋势。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



理查德·丹尼斯之所以能够创造出巨大的投资回报期望值，或者说“优势”，其中一个主要原因就是他能够从可获利的交易中获得尽可能多的回报。

在逐步加仓的过程中，止损位置也随着上调，当初的仓位和最后的仓位都按照统一的规则来入场。这不仅能够保护理查德·丹尼斯的未平仓利润，还能够确保他将之前获得的利润再次投资到那些突然出现的大趋势中，这就是理查德·丹尼斯所说的“赌上你的全部家当”。

然而激进的金字塔加仓模式也存在不好的一面。假如市场并没有形成大的趋势，如果没有大趋势，则假突破所导致的亏损会快速造成理查德·丹尼斯亏损，速度比想象得更快。那么，理查德·丹尼斯是如何面对一连串的亏损的，如何保护资金的？理查德·丹尼斯将会大幅度地减少自己的投资规模。当市场发生反转的时候，减少投资单位这种防护性的行为让理查德·丹尼斯很有可能迅速地减少亏损，再次获得巨额的回报。规则非常简单，每当亏损 10%的时候，把交易单位减少 20%。即假如亏损为 10%，就当作账户里只有 80%的资产值来交易。当亏损出现了 20%的时候，就按照 64%来交易。

当账户中的资金量逐渐回升时，就可以把投资规模恢复上去。有一次，理查德·丹尼斯曾经亏损达到了 50%，然而年底仍然获得了巨额的回报，是由于下半年出现了很大的趋势，帮助他快速地从亏损变为盈利。

实际上，理查德·丹尼斯有可能在一年中就有 11 个月的时间内一直处于低迷状态，一直到这一年的最后三周才开始回转，把单位规模由原先的 30%提高到 150%。

通过在亏损的时候缩减头寸规模，理查德·丹尼斯能够有效地减少自己以几何级数的速度迈向“破产”的可能性。这就是最重要的护身法宝。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

第七章 理查德·丹尼斯的心理交易学

理查德·丹尼斯说过："我力求避免让自己的情绪受到影响。为了这种事情而感到心神不宁，既不值得，也没有任何帮助。在做交易决策时，应该力求避免掺杂个人的情感在里面。"

他认为，当市场短期下跌的时候，正确的做法就是持仓等待，听凭利润下跌。是否盈利或者盈利多少跟掌握的知识没有任何关系，完全是情绪与心理因素导致的！

他指出，不要像大多数人那样认为，因为在期货市场大多数人是赔钱的。期货市场有一种"市场心理指标"，假如80%的交易者看多，那就表明顶部不远了，行情会下跌；如果80%的交易者看空，那就表明底部不远了，行情会上涨。

理查德·丹尼斯性格与众不同，交易方式也与别人不同，他的交易以心理学作为指导。理查德·丹尼斯的成功并不完全依靠一套电脑程式交易系统，还依靠一整套心理交易学。

所以说，有了交易策略和系统化的交易模式是远远不够的，交易者还必须要有一个平和的心态和坚定的毅力。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



一、市场心理指标

理查德·丹尼斯认为，要想在期货交易中取得成功，尽管需要尽量地了解市场以及交易工具，然而同样重要的是，交易者还需要对本身进行了解。这也是非常重要的，可是往往会被大多数人所忽视的“交易心理学”。

“我必须承认，当我一开始进入这个令人着迷的期货行业，交易心理学这东西让我半信半疑。当时我最关注的莫过于尽量地了解市场和技术分析手段，至于我的交易心理，还是爱怎么样就怎么样吧。然而，随着我越来越深入地了解市场和期货交易，我也越来越深刻地认识到，人类本性以及心理学在期货市场和期货交易中都扮演着非常重要的角色。”

“当市场短期下跌的时候，正确的做法就是持仓等待，听凭利润下跌。是否盈利或者盈利多少跟掌握的知识没有任何关系，完全是情绪与心理因素导致的！在以后的岁月中，我无数次地体会到情绪与心理优势才是成功交易的首要因素！”

理查德·丹尼斯不但性格与众不同，交易方式也不一样。他阅读《今日心理学》来观察自己的情绪状态，他想了解自己是否太相信直觉了。一般来说，他不阅读政府经济学或者谷物报告。他不像大多数交易者那样每天起床就开始阅读所有的报告，从天气预报到农业部的评估都浏览到。可是理查德·丹尼斯只是将媒体视为娱乐，他睡到交易快要开始的时候，才起床，然后才赶到交易所去。

刚开始的时候理查德·丹尼斯在中美交易所做交易，在很短的时间

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



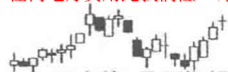
之内从一无所知到掌握知识，没人了解他是如何学习的。他了解交易者有自毁的倾向。战胜自我的重点是将能量聚焦在何处："我认为弄明白弗洛伊德如何理解死亡意愿比了解米尔顿·弗里德曼如何理解赤字花费更为重要。"如果你下班之后与在华尔街工作的年收入50万美元的著名交易员谈话，你就会发现极少有人认为弗洛伊德是通往百万的道路。

但是，期货交易要比理查德·丹尼斯所讲的难得多。当初的市场起起伏伏造就了他，经历几个月的痛苦教训让他懂得了交易的道理。他说："你应该在思想上接受亏损的过程。有一次，我犯了新手犯的所有错误。刚一开始进行交易的时候，我觉得风险太大，并使得我感到十分恐慌了，总是在底部卖。我曾经有一天下注4000美元，不到两个小时就亏损了1000美元。大概3天之后我才从这种情绪中摆脱出来，可是我想这事发生在我身上是一件好事。"

从中美交易所交易获得许多交易经验以后，理查德·丹尼斯就转到芝加哥交易所，芝加哥交易所是当时全球最大的期货交易所。在芝加哥交易所里，像理查德·丹尼斯这样的交易者有许许多多，他们大多数出身平凡，却在交易大厅内进行价值百万美元的交易。对技高一筹的交易者们而言，实际上交易厅要优于电子市场。在大厅内，你能够以零距离地观看其他交易者，察知整个市场的心理状态。

理查德·丹尼斯说："不要像大多数人那样认为，由于在期货市场大多数人是赔钱的。期货市场有一种'市场心理指标'，假如80%的交易者看多，那就表明顶部不远了，行情会下跌；如果80%的交易者看空，那就表明底部不远了，行情会上涨。然而对于新手来说必须郑重其事，我看到大多数人往往荒唐地、频繁地运用'反向理论'来为自己的决策找理由，难道不知道，反向理论的触发是需要许多限定条件的，不以个人意志为转移，有多年实战经验的人尽管判定反向理论可

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



能成立，也会在反向的初期有效控制仓位和杠杆，右侧交易信号触发之后才会考虑加码。”

交易者只是关心价格，从实质上来讲，他们买卖的就是风险。风险主要是流动性风险与价格风险。市场就是由许许多多相互买来卖去的交易者所构成的，有的交易者属于短线客，只是想连续不断地赚得买价和卖价之间的价差；此外，还有些投机者，他们企图依靠价格的变化来赚钱；甚至还有一些是以规避风险为目的的公司。

如果共同态度发生了变化，那么价格也就会发生变化，无论什么原因，一旦卖者不再愿意以现在的价格卖出，而是想提高价格，而买者又愿意接受这个更高的价格的时候，那么市场价格就会上扬。同理，无论什么原因，一旦买者不再愿意接受现在的价格，而是想压低价格，而卖者又愿意在这个更低的价格卖出的时候，那么价格就会下挫。

共同态度可能会有“自我加强”作用！这就是索罗斯的反射理论。

理查德·丹尼斯认为，在期货市场中，与其他任何因素进行比较，心理就是决定价格的最主要因素。实际上，期货市场就是金钱的游戏，真正的操纵者并不是经济学家，而是交易者的感性以及群体直觉，最终盈利者通常总是运用差价交易的人。

由于期货市场是一个人对人的市场，其参与者是“人”以及受“人”控制的投资机构，而资本流向都是通过参与者的心理预期所反映出来的，因此市场方向是受人的心理因素控制的。换言之，资本流向就是掌握在市场参与主体——“人”的手中。资本受到人控制，因此大众的共同心理对市场趋势能够产生巨大的影响，有时候甚至是起到决定性的作用。

对于交易者来说，如果离希望、贪婪以及恐惧越远，那么获得交易成功的机会就会越大。为什么会有许许多多的人分析起技术图表来

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

头头是道，然而真正杰出的交易者却凤毛麟角？其主要因素在于，交易者必须花更多时间在市场心理学上，而不是分析方法上。

因为市场心理先行于市场行为，因此，以市场心理预期为基础，能够更加快速、更加准确地反映出市场的未来走向。单纯地依靠技术分析通常会达不到非常好的效果。

要想成为一位杰出的交易者，你应该懂得人的情感。由于市场是由一个个的人所构成的，每个人都有自己的期望、恐惧以及弱点。对于交易者来说，必须要从这些人的情感中寻找市场机会！

据研究表明，人在不确定的环境中很容易犯下系统性的错误。特别是在紧张情绪中，人往往对风险和事件概率做出糟糕的判断。行为金融学表明，凡是在涉及金钱利益问题时，绝大多数人很少能够做出完全理性的决策。只有那些杰出的交易者能够懂得这种现象，并能够从中盈利。他们明白其他人的错误判断就是他们的机会，也明白这些错误终将在市场价格的变化中现出原形！

许多杰出的交易者之所以成为市场的赢家，是因为他们能够利用其他交易者一向非理性的行为方式。

每个人的身上均有一种根深蒂固的系统性、重复性的非理性因素，而交易者的非理性因素会造成市场的波动。理查德·丹尼斯交易方式之所以有效，并且始终有效，其原因就在于它是以这种来自于非理性的市场波动为基础的。而理查德·丹尼斯运用的是以波动性为基础的头寸规模决定方法。

因此，理查德·丹尼斯指出，一个成功的交易者，在判断行情时，应该独立思考，不能根据大多数人的观点随波逐流。

期货市场中能够赚钱的人是少数，作为交易者，要想在市场中能够生存下去，不被市场所消灭，不仅必须要有超凡的心态，而且还要有与众不同的心理素质。当市场中大多数的人都在恐惧中抛售筹码时，

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



成熟的交易者应当能做到“人弃我取”，悄悄地买入，并在一个很好的趋势行情中坚定地持有。

二、了解自己比认识市场更重要

理查德·丹尼斯说，交易者必须去聆听市场。要想有效地聆听市场，交易者就必须对自己的交易方法进行注意，同时，还要像关注图表和市场那样去关注本身。交易者所面临的挑战就是：去了解自我到底是什么样的人，之后才能够更坚定地、有意识去培养那些有利于自己交易成功的品质。

他认为，作为一个交易者，必须认识市场，更必须去认识自己；对绝大多数人来说，认识自己比认识市场更为重要。面对市场，假如能够以客观的态度来解读，一个普通的交易者就能够找到价格波动的趋势并制定与它相匹配的策略。令人可惜的是，我们无法能够做到客观，由于情绪始终会对我们的行为产生影响。在操作的时候，我们的技巧往往随着心态的失控而变形。当我们反省操作错误的时候，就会发现情绪是多么的无法抗拒。应该恐惧的时候，我们却在贪婪；应该贪婪的时候，我们却又害怕了；这种使人烦恼的情形一再不断地重现，情绪总是被我们用错了地方。仔细地研究，很多的交易问题都是来自于身心。在市场与人之间，真正的难点永远是人。

实际上，在期货市场交易中最大的敌人就是自己，交易最终的问题并非是理念，也并非是技术，而是自己的内心。

比如说，沉没成本就是已经投入很难收回的资金和时间！沉没成本对目前的决策还不能产生影响，然而人们往往必须经历一段痛苦的

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

时间才能忘记过去！对于趋势跟踪者来说应该忽视沉没成本。假如他们买进以后，市场趋势对他们不利，他们就要退场！让亏损最小就是他们的口号！当我们应该处理沉没成本时，大多数人是矛盾的，尽管我们的头脑中明白，已经付出的钱不可能收回，然而在情绪上，我们依然生活在过去！

理查德·丹尼斯指出，还有太多行为会导致损失，例如，有这些坏的行为：

（1）缺乏纪律。成功的交易需要知识的积累与锐利的观察力，而很多人宁可听别人的意见也不愿意学习和培训。

（2）没有耐心。人们都有一种无法满足的欲望，他们需要一种赌徒的刺激。

（3）缺乏客观性。人们的情绪通常被市场左右。

（4）贪婪。企图抄底逃顶，期望能够在最短的时间内获得最大的利润。

（5）拒绝接受事实。大多数人都不愿意承认价格波动才是唯一的事实。

（6）很难面对现实。仅仅是为了赚钱而做交易，这绝对不是决策的明智之举。在面对损失的时候，交易者必然相当沮丧。一般情况下，他们就像换了个模样似的，责备别人或者其他事，以免对自己的行动负责，不是考虑自己的动机或者情绪，不去了解为何这样做的原因。他们依然在追求另一个圣杯或者基本面预测，期望发现不变的盈利策略。

期货市场有很多特征，就是人性弱点折射出来的结果，两者之间相互依存，“要想战胜市场首先应该要战胜自己”，指的就是战胜自己人性中的弱点。

在人性的弱点当中，并不能简单地用正确与错误进行解释，大多

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



数都是与生俱来的。比如，赌性说是一个很重要方面，所谓赌预期，也是“赌”。空头是赌期货市场下挫，用做空方式来赚钱，多头是赌期货市场上涨，用加大买入期货来盈利。人性的弱点除了赌性之外，还有贪婪与恐惧，这些人性的弱点都是生下来就有的。凡是这些各种各样人性的弱点，每个正常的人都无法摒弃。市场价格也总是环绕着人性的弱点而上下震荡。而期货市场的“少数人赚钱”的理论决定了，唯有摆脱了人性的弱点的人才可以盈利。

随着交易经验越来越丰富，更多的交易者认识到了修心的重要性。追根究底来说，交易是对人性弱点设立的游戏。如果一个交易者不能了解人性的弱点，并且不能重修自己的交易心理，那么就无法成为交易中的优胜者。

假如你不愿意接受市场的事实，不愿意承认自己的弱点、恐惧以及失败，你就不会获得成功。

不过，成功的交易者也有许多，然而失败者比成功者要更多。最根本的原因在于自负：对于一个交易者而言，自负不是一件好事。自负者期望事情都是对的，期望能够预见到将来，期望知道交易的秘诀。这样的人无法摆脱交易者的大敌——认知偏差。

若你想要成为一个伟大的交易者，你还应该去克服自负心理，培养谦逊的品质。谦逊可以让你接受将来未知的事实，谦逊可以使你放弃预测将来的企图，谦逊可以避免你从个人角度看待失败的交易，谦逊还可以帮助你接纳很简单的交易法则，由于你不会去寻找没有知道的秘密来证明自己的与众不同。

在期货交易世界中，只有始终坚持你的策略才是成功的关键。一种系统性的交易方法，对方法的局限性进行深入的了解，再加上用来建立交易系统的工具，这三者可以帮助你成为更成功、更坚定的交易者。你应该保持前后一致的原则，应该能够执行你的计划，

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

否则你的计划是没有任何意义的。

三、正视失败才能走向成功

理查德·丹尼斯说，有的交易者在付出必要的学费之后能够立即总结经验教训，在哪里跌倒就在哪里爬起来，通过不断地努力最终能够得以成功。有的交易者则一头钻入死胡同里，总是不断地重复相同的错误，偶尔获得成功又洋洋自得，到头来不但损失钱财又浪费生命。

他认为，其实失败是一件好事情，只有正视自己的失败和错误，才能最终走向成功。

理查德·丹尼斯也并非天生就是期货交易大王，那时候是 1968 年，他还不到 20 岁，还不能直接进入交易所进行交易，他父亲替他站在里面叫价，他在交易所外面指挥。就这样断断续续地做了两年的期货交易，然而他通常输得十分惨。

理查德·丹尼斯认为这段经历对他来说是宝贵的。初入行时的业绩越差，对将来的影响可能越好。没有经过考验的交易者很难长期在期货市场立足。

1970 年，理查德·丹尼斯用借来的 400 美元当作本金，买入玉米期货合约。没过多久就发生了玉米枯萎症，造成期价暴涨。理查德·丹尼斯的资金很快地增长至 3000 美元。他本来是要去读大学的，但只上了一周课就决定退学，专职做期货。但教训立即降临了。有一天，他一入市就亏损 300 美元，在精神恍惚之间，反手买卖，再次亏损。他又以当初的方向入市，结果第三次败北。计算下来，一天之内损失

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



1000 美元，占总资金的 1/3。认真检讨以后，理查德·丹尼斯从中学到不少的东西。他从反面领悟了资金管理的重要性，懂得了在期货交易中要保持心态稳定，不顺手时不要急于再次入市。

这样理查德·丹尼斯学会了掌握节奏：亏损不称心时，赶紧砍仓离场，出去走走或者回家睡一觉，让自己休息一下，以免受情绪影响而做出另外一个错误的决定，再也不因赔钱而加单或急着捞本。最困难的时候也是最有希望的时候。有时候赔了钱，最不愿再琢磨市场，而常常最好的做单机会便在这时悄悄溜过。只有抓住了应有的赚钱机会，把利润赚足，犯错误时才能够赔得起。同时还又要学会选择最佳做单的时机。理查·丹尼斯大约估计过，他所获得的利润中，绝大部分来自5%的操作。错过好的机会会影响成绩，这正符合技术分析中常用的一句话“Let profits run，cut losses short。”让利润增长，快速砍掉亏损，过滤掉一些不该进场的单子就可以提高收益率。几年之后，理查德·丹尼斯回忆那段时光的时候，觉得那笔学费交得十分合算，他学到了很多的知识。

理查德·丹尼斯成功的关键在于及时总结经验教训。他基本上属于无师自通，所有的经验和知识均是在实践中从市场学来的。大多数人赚了钱后欣喜若狂，赔了钱后心灰意懒，很少用心去想为什么赚，为什么赔。理查德·丹尼斯在赔钱以后总是认真反思，找出错误所在，下次争取不再犯。赚钱时则冷静思考对在哪里，同样的方法如何用到其他市场上。

“从哪里失败就从哪里爬起来，从失败中总结经验”。选择一套适合自己的交易体系，从 400 美元摇身变为 2 亿美元，理查德·丹尼斯成为一代期货大师。

假如失败了一万次，但还是按照原来的方式操作，最终只能是重复得到失败的结果。失败后只有检讨、总结才能从哪里失败就从哪里

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

爬起来，最终迈向成功。

期货交易是要求极高的投资操作，世上没有人在期货交易中不失败过的。赫赫有名的量子基金掌门人索罗斯、名扬世界的股神巴菲特以及交易大师迈克尔·马科斯等市场大师，他们是成功者，然而他们也在阴沟里翻过船。在俄罗斯和中国香港，索罗斯就曾铩羽而归。在 20 世纪 90 年代科技爆炸的时代，巴菲特在资产管理中“逆势”进行交易，也经历过悲惨的失败。美国著名的交易大师迈克尔·马科斯的成功经历更是“失败乃成功之母”的典范。迈克尔·马科斯于 1969 年进入期货市场，当初由于是新手，缺乏实战经验，他先后遭受多次失败。他告诉别人说，他的头 8 次交易都输光，最后他遇到了名师艾德·西柯塔，教他如何顺势而为，如何止损，如何赚足利润等交易方法。同时他认真总结了以前失败的经验，完全改掉过量交易、逆势交易的坏习惯。从此之后他才开始向成功迈进，在做交易员期间，他管理的账户 10 年让公司资产增值为 2500 倍。

这些大师们得以成功的共同特点是，都曾经历过悲惨的失败，而且他们的成功大多数都建立在过去失败的经历之上的，正像歌曲所唱的“不经历风雨，怎么见彩虹”。

在期货交易过程中失败并不使人害怕，使人害怕的是不能正确地对待失败。对待失败通常有两种态度，一是能够正视失败，从自己的身上找出失败的真正原因，并且尽量解决这些问题；二是态度则是强调外部因素，隐藏自身的错误，一辈子也不想从失败中走出来。这两种态度则代表了成功和失败两类人。

成功的交易者往往能够正视失败，他们在每次交易失败之后，都能够比较客观地分析自身失败的原因，改掉原先在交易中所存在的问题。

交易者当初进入期货市场，都认为自己可以获得成功。可是，无

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



论智商高低，很多人的最终结局则是失败的，而且极少有人能持续地体验胜利的喜悦与交易的快乐。为何呢？由于大家的眼中只关注成功而忽视失败。

人类社会发展的本身就是在错误中寻找正确的方法；同理，期货交易也是一个从挫折中寻求真理的过程。“失败乃成功之母”，大家都了解这个真理，然而若说成功的原因在于正视自己的错误，那大多数人对之又会感到迷惑不解，可是事实确实如此。

凡是涉足期货交易，每个交易者都会有这样共同的感受：如同星际之间存在万有引力似的，失败就像引力通过错误牵拉着每一个交易者那样；假如我们没有任何作为，那就会被黑洞吸走卷入无底深渊；假如我们能够正视它，并且控制它，而且配置有效的市场分析和决策把握，就可以获得巨大的能量和速度，完全可以摆脱“错误引力”的束缚，从而让资金的成长呈现出一种螺旋发展状态。

期货操作一定伴随着决策的正确和错误，其中错误与失败犹如影子那样跟随着交易者，这是很难回避的事实。在交易过程中，当决策错误所造成的损失大于正确时所得到的利润，那么本金就会渐渐地被吞没；当每次盈利能够大于亏损的时候，投入的资金就将会逐渐壮大。“善败者不亡”，只有那些敢于面对失败、坦白地承认错误的交易者，才能够造就成功的基石。只有认识错误，并且减少错误，才能够最终远离失败；如果没有失败就没有所谓成功，失败才是通向成功的阶梯。所以，我们应该找到某种正确的方法来弥补错误的决策所造成的不利结果。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

四、面对亏损，应该处之泰然

理查德·丹尼斯说，本身的人生经验就是塑造你对交易的认识。假如你做的第一笔交易就赔了钱，那么你很有可能在相当长时间内不再涉足这个市场，甚至一辈子也不碰这种市场的概率是非常高的。在期货交易中赔钱给人带来的心理冲击要比肉体的痛苦更大，影响时间也更长。假如你不被一次失败的交易所击败，那么赔钱就不会对你产生这么消极和持久的影响。

他还说，只要你是做杠杆化交易的，系统性风险以及黑天鹅事件就具备致命的杀伤力，常在河边走，哪能不湿鞋。尽管你是非常重视资金管理和风险控制的交易者也不能幸免于难，这并不适合以成败论英雄，而是这种交易风格与盈利模式所决定的。

理查德·丹尼斯在期货市场称霸多年，能够称得上是叱咤风云的人物，然而 1987 年的股灾一战，伤亡惨重，旗下管理的基金在 1988 年 4 月被迫解散，个人账户也同样遭受败绩。

理查德·丹尼斯说："当年我大部分的亏损在于做空利率期货，股灾之后美国被迫放宽银根，利率下跌，因此被杀得措手不及。当时已经输去了 49%的资金，所以，我决定停止买卖，期望客户同意重新开始，把损失降到最低。"

不过，理查德·丹尼斯认为，胜负不足以论英雄，我将会在逆境中提前退出，而买卖方式和入市策略不需要改变。

理查德·丹尼斯的投入主要放在做空债券上。股灾之后利率下调，债券冲高，尽管有风险控制，然而一时无法控制，因此损失十分惨重。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



他说：最好想想打高尔夫球的情形，打出一个坏球以后，你可能将球棒随处抛出作为发泄。但当你预备打第二棒的时候，应该再次集中精神，低头注视高尔夫球，希望打出美妙的一棒。

这位永远站在风险顶峰的大师，过人之处也是可以不动声色，全无情绪上的波动，尤其是当他再次行动的时候。在坦然面对困境多年后，理查德·丹尼斯明白重大的损失是不可避免的，但他深信只要基本买卖策略正确，冬天过去后春天必定重临。

理查德·丹尼斯对自己的信心始终不渝。在接受采访的时候，理查德·丹尼斯表露的自信心以及稳定的情绪，给人的感觉，完全不似刚遭遇重大挫折。

他知道“重大损失不可避免”的现实，他如此说道：我极力控制感情上出现不平衡的状况，感情波动对于买卖是没有益处而又欠缺建设性的行为。对于市场上的涨跌，应该要有正确的观点，对于胜败过于介怀，则表明对自己信心不足。实际上，一两次的挫折，正好可以磨炼自己。对于短期失利来说，假如过分地去关注，必然会影响到全盘大局。买卖顺手的时候，也不要过于高兴；当运气欠佳的时候，感情上所受的挫伤自然会减弱，从而达到胜负不显于色的阶段。作为职业投机家，应该像拳手那样，不长时间内就会遭到重击，习惯成自然，情绪自然受到控制。

理查德·丹尼斯对普通的交易者的最重要的一些忠告是：当你意志消沉，到处碰壁，不想提及市场买卖的时候，正是你应该专心致志，小心分析买卖机会的时刻，这就是出色的交易者必须具备的条件——不屈不挠，不动声色的同时小心地分析，捕捉千载难逢的获利机会。

一个成功交易者应该要具备一个最基本的心态：接受失败，面对亏损，处之泰然。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



市场的上涨和下跌是走势矛盾的两面，赚钱和赔钱就是买卖矛盾的两面，两者则是对立的统一，每个人都希望自己能够赚钱，然而总不会每个人都能够赚钱；每个人都不愿意赔钱，可是实际上总会有人赔钱。你高兴的时候就有人忧愁，你忧愁的时候就有人快乐。从根本上来说赔钱是买卖的一部分，无须惊慌失措，应该以平常心对待。

赚钱与赔钱是市场走势客观涨跌的结果，并不以大家的主观意志为转移，也不会由于我们的情绪表现而改变。当账户出现损失时，假如我们心急如焚能够让亏损消失的话，我们不妨去着急；假如我们怨天尤人能够使得亏损消失的话，我们尽管去抱怨，既然着急、抱怨于事无补，只能乱了阵脚，为什么不面对现实，坦率地去接受。

期货交易就是一个充满刺激性的交易。所谓刺激是指表现在走势上是能够大起，也能够大落；反映在平仓结算上是有可能大赚，也有可能大赔。参与交易之前，本身就必须预见到两种结果，对有一半机会赔钱做好充分的心理准备。

必须正确对待赔钱，第一，认清人们通常会百密一疏。如果自己犯了错误，就应该勇于面对失败的事实。看错了就有亏损，这就是理所当然的事。第二，就是严格贯彻“能亏得多少就做多少”的原则，不要挪用主要事业的本钱，也不要动用生活费用，而是用一部分闲钱来进行投资，亏了也无碍大局、无伤大雅，如果这样的话，就不会有输不起、输不得的心理压力了。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



五、不要让自己的情绪影响你的交易

理查德·丹尼斯说："交易告诉我不要相信传统的智慧。我通过交易所赚的钱已经告诉了我，一部分人在一部分时间内都是错的，甚至绝大多数的人在很多时间内都是错的。我已经了解到，疯狂的大众有时候就是市场，市场往往是非理性的，只要他们情绪不稳定，他们几乎总是错的。"

他认为，有一些优秀的交易者的确很聪明，但也有一些优秀的交易者不聪明。大多数超级聪明的人是糟糕的交易者。平均的智商就够了。除此以外，情绪更加重要。这不是火箭科学。做交易比制造火箭要简单多了。

理查德·丹尼斯还说："在交易过程中，我力求避免让自己的情绪受到影响。为了这种事情而感到心神不宁，既不值得，也没有任何帮助。在做交易决策时，应该力求避免掺杂个人的情感在里面。"

在这个交易世界里，人的情绪既是机会的所在，也是最大的挑战。只有你掌控了它，才能获得成功；如果你忽视了它，那么你就危险了！

期价的大幅波动通常会对交易者的情绪产生很大的影响，很多人会不由自主地产生一种冲动，并且做出盲目的决策，让价格牵着你的鼻子走，从一个极端走向另一个极端。价格的波动引起了市场情绪的波动，无形中将交易者束缚在这个怪圈里无法自拔。

所以，能够有效地摆脱市场情绪的控制，就是一个优秀的交易者成功的先决条件。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

理查德·丹尼斯就是善于控制情绪的高手。理查德·丹尼斯的伙伴和助理威廉·埃克哈特说，一开始跟理查德·丹尼斯做事是非常艰难的，这就像 20 世纪 70 年代的许多年轻交易者那样艰难。他是在 1978 年 11 月 1 日开始跟理查德·丹尼斯做事的。当时美国卡特总统正在力图阻止美元的下跌。对埃克哈特来说，理查德·丹尼斯那种情绪上的坚毅让他不能忘怀。

有人在干预外汇市场对理查德·丹尼斯和埃克哈特而言，这并不是好消息，他们正在大量做多黄金、外汇以及谷物。开盘的时候市场就崩溃了。黄金的开盘价每盎司下挫了 10 美元以上，是跌停，他们很难出场。尽管白银下跌的幅度非常大，还是能够交易。纽约商品交易所告诉他们还能够交易。于是他们开始做空白银，目标是运用白银的利润对冲黄金的亏损。然而他们也担心白银要上升。应该迅速地做出决定，由于市场风险太大了。

理查德·丹尼斯冷静地对埃克哈特说："我们应该怎么办?"埃克哈特心慌了，不知怎么办。理查德·丹尼斯就做空了白银，几秒钟之后白银就跌停了（赚了很多）。埃克哈特非常高兴："在我的一生中，这就是理查德·丹尼斯有史以来最棒的交易，由于他是在极大的压力下做到的。假如他没有这样做的话，我们两个会由于黄金的下挫而破产。"

理查德·丹尼斯有一个徒弟赞扬地说，他们正处在麻木、崩溃之际，理查德·丹尼斯还是有"胆量"去进行那样的交易："他们都做错了，理查德·丹尼斯就会将全部回补，并且全部反转仓位。他是属于那种极少数的人，在关键的时刻能够大笔操作，非常有智慧。大多数人早就疯狂了，失败了，特别是当他们明白自己做错了，又要回到贫困日子的时候。"

许多人喜欢运用小账户每天倒来倒去，不担心亏损。然而随着他们账户的缩水，比如说亏光了，他们的交易决定就变得十分重要了。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



他们开始思考会赚或者赔多少，头脑不再那么清醒，也无法做大。随着情绪上涨，就越来越难做到客观。将钱与交易分开是理查德·丹尼斯要提炼的重要知识。

理查德·丹尼斯说："我不希望每个人都认为我错了、疯了甚至失败了，然而我的思想的确不同，由于我知道这个思想是按照我的意思走的。"

而理查德·丹尼斯的这个思想就是：不要把情绪的波动与资金的上下联系起来，要连续一致，情绪稳定，用过程来判断自己，不是用结果来判断自己。当市场处于不同状态的时候，要明白你要怎么做。无论是现在，还是将来，任何事都有可能发生。每天都知道自己的计划和意外分别是什么，第二天也是这样的。

理查德·丹尼斯的另一个徒弟尔勒·科夫谈到了他更古怪的地方："理查德·丹尼斯是我认识的人当中最善于把握时机的人。他能够在巨大的压力下等待，一直到他人都受不了了，他就出手了。假如他错了，他可以马上停止错误。这太惊奇了——这不是交易，这是遗传的。"

虽然理查德·丹尼斯是一个顶尖的交易员，然而他也经历过几次重大失败。其中一次是在 1987 年年底到 1988 年年初，理查德·丹尼斯基金亏损的金额高达 50%，而他私人的账户也遭受相同的命运。他是这样写给投资人的公开信："我个人的损失与您们所遭受的损失一样惨重。"

或许这就是理查德·丹尼斯成功的秘诀，即对于重大失败丝毫没有情绪化的反应。很明显地，他已经能适应遭受巨大的失败，并将它作为交易生涯中较大的涟漪而已。他在这段时间的信心没有一点动摇，相信只要坚持自己既定的交易策略，必然会出现转机。

有一个记者这样形容理查德·丹尼斯："如果不是我已经事先得知他正处于低潮，单凭他在接受我访问时表现出来的自信，我一定会认

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

为他当时还在赚钱而不是亏损。”

理查德·丹尼斯的成功主要在于能够控制自己的情绪。他不因为赚钱了而过于得意忘形，也不因为亏损了而过于失望懊丧。尽量在情绪上保持平衡，对自己的操盘持职业化的观点。

正如理查德·丹尼斯自己所说的：“你必须保持平静，毕竟交易只是生活的一小部分而已。同时，对我来说，交易失败造成情绪受影响，会让我对将来的交易丧失信心，而只重视短利，会忽略了大局。所以，我会力求避免让自己由于交易失利而陷入情绪低潮。”

“当然，我也会在交易顺手的时候，以平常心来对待。如果你会由于交易成功而过度兴奋，那么在交易失利的时候，你便会更加感到失望。我进行交易已经有 20 年，如果不学会保持平静，我早已会被交易生涯中的大起大落逼疯了。”

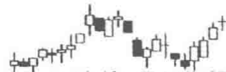
对情绪的自我克制就会让人变得更有活力。成功交易者通常能够抑制马上获得满足的欲望，暂时忍受不能满足的煎熬，来换取将来更大满足的一种心理倾向。他们能够扑灭心中的冲动，摆脱市场中不能避免的挫折和混乱的能力。

此外，成功交易者还能够控制他们所能控制的事物，他们明白自己可以承受多少风险。他们预测价格波动，去了解跟交易有关的交易费用，然而，他们了解到自己还有太多不了解的事情。所以他们在面对不确定的因素的时候，能够挥动球棒，在紧要时刻立即做出决断，决策的能力则是他们交易哲学的核心。

恒心、勇气、心态以及忍受不确定性的能力，是获得长期胜利的关键！

在期货市场中，每天都很有可能发生很多刺激的事情。面对这些突如其来的变化，应该学会控制自己的情绪，保持冷静，心平气和地处理。否则，迟早会被淘汰出局。

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



实际上，期货交易充满了刺激性，经受得起刺激才能参与。有的人控制不了自己的情绪，做了多头，大势向上跳一跳，脸上马上笑一笑；价位向下走一走，眉头立即皱一皱。如果赚到一段价位，欢喜至极；如果出现若干浮动亏损，坐立不安。当一个人的情绪起伏完全被行情的升降所牵扯，他还能够态度冷静、考虑周全吗？

因此，交易者必须要控制自己的情绪。一是赔得起多少就做多少，不要去赌全部身家，如果是这样的话，那么心理负担就会减轻；二是事先做好一套看对什么时候平仓获利，看错什么时候止损认赔的计划，盈利和亏损都在意料之中，心理承受能力就增强了，情绪就会自然稳定。

六、交易最重要的就是信心

理查德·丹尼斯说，有了交易根据与系统化的交易模式是远远不够的，交易者还必须有一个坚定的毅力与自信心。

他还告诉大家，尽管他的海龟学徒们同样使用他的交易法则，然而他们的业绩相差非常大，通过检查发现原先是许多学徒无法坚决地运用他的交易法则，总是会受到本身心理的影响，从而不能严格地遵守交易规则，相反那些完全按照理查德·丹尼斯传授的方法进行交易的学徒，获得了令人惊奇的交易业绩。

理查德·丹尼斯如此说道："我不像大多数的交易员，认为人们都知道的交易策略就根本不算是交易策略。其实只要方法是正确的，就算对交易只有大致的了解，也能够成功。我通常说，报纸所刊登的交易技巧，根本就没有几个人会按照做。总体来说，交易成败的关键在

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

于信心与毅力。每个人几乎都能列出我们所传授的80%的交易规则，然而他们却无法教人在市场情势不稳定时如何坚持这些规则。”

他指出，畏惧心理对个人业绩的影响远远大于客观现实的制约，假如不敢尝试，就没有成功的希望。对所有成功交易者来说，在他们的能力范围之内，信心十足，并且能够积极行动，不惧怕变化！而这正是失败的交易者所忽视的行为模式。

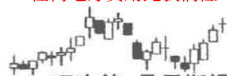
你越不自信，便会遭受更多的挫折，更加无法适从。对于市场和你自己，你越了解，你就越自信，你越自信，交易就会做得更好！

趋势交易是由于十分自信而繁荣。理查德·丹尼斯的第三代海龟徒弟亚伯拉罕用最近几年原油的价格证明了这个观点：“趋势跟踪则是利用人们思想中高价与低价的错误认识。这跟有限的经历有关系。人们对小账户产生了设想。认为原油会从20美元上涨到70美元，你说‘那是疯子。’在55美元的时候买入原油？这样赌的难度太大了，由于它永远不会到56美元。它在历史上从来没到过56美元，你说‘它现在就到了55美元，我就立刻买入。’”

在不断上涨的市场买入，也不知道它将来是上涨还是下跌，你能够想象吗？亚伯拉罕谈到了这个要点时说：“我所关注的就是统计结果。”他讲了这么一个例子。如果一个物理学家拿着一个硬币进来，他会说：“这个硬币出现正面或者反面的概率为50%。”可是当一个统计学家进来的时候，他会说：“没错，而我用这个硬币扔了100万次，我发现65%的时间它出现的则是正面。”哈佛毕业的物理学家则说：“那是完全不可能的。硬币的概率为50%。”

亚伯拉罕反问道：“你会相信谁？”你可以找许多大学教授来证明这个硬币出现正面的概率不会达到65%，然而有时候你会说：“我不懂为何这个硬币有65%的时间就会出现正面，然而既然测试了100万次，那么我就愿意赌正面，尽管理论上不该这样。”亚伯拉罕补充说：“我

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net



不明白，并不代表我不会去赌。”

理查德·丹尼斯为此补充道：“海龟们也永远不会了解一笔交易最后会赚钱或者赔钱，我们只了解交易结果的大致分布形状——正态分布图。我们认为，每一笔交易都有可能赚钱，然而可能性最大的结果是赔钱！我们也了解到，有的交易会得到 4R 或者 5R 的中等回报，有的则会是 20R 以上的大赢！然而从最终的结果来看，胜利的盈利完全能够弥补失败的亏损，我们总是会盈利！所以，当我们进行一笔交易时，我们不会按照这笔交易的结果来评判自己的能力，由于我们了解到最大的可能性就是赔钱。我们从概率角度来考虑问题，正由于这样，我们在面临很大的风险和不确定性时仍然信心十足。所以说，最关键的就是思维方式。海龟们的思维方式非常好，并且是交易中正确的思维！就如同交易那样，既有赚钱的，也有赔钱的！然而有时赚钱的交易却是错误的，有些赔钱的交易是正确的。对交易的评判过程的不同，必然会使得交易水平的差距越来越大！”

总的来说，一个交易者的真谛就是：如果没有冒险就不会有所收获。风险就是你的朋友。不要害怕它，要理解它，并控制它，与它共舞！杰出的交易者会自信地等待机会，然而也会做好亏损的准备。他们不会畏首畏尾，是由于他们不害怕犯错，这是在市场大风大浪中培养出的应有的交易品质。他们走自己的路，不畏惧失败，是由于他们懂得，失败仅仅是交易的一部分，是成功与成长的必要前提！失败就是学习的前提，假如你不愿意犯错，不愿意失败，那么什么东西也学不到！

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

参考文献

［1］［美］柯蒂斯·费思. 海龟交易法则［M］. 乔江涛译. 北京：中信出版社，2013.

［2］［美］墨菲. 期货市场技术分析［M］. 丁圣元译. 北京：地震出版社，2008.

［3］［美］斯波朗迪. 专业投机原理（珍藏版）［M］. 俞济群，真如译. 北京：机械工业出版社，2010.

全国最低交易手续费免费办理国内正规商品股指原油期货开户 零佣金 不限资金量和交易量直接申请交易所手续费
任何地方费用比我们低 10倍赔偿差价 客服微信/QQ：958218088 期货开户和书籍下载请进:http://www.7help.net

理查德·丹尼斯操盘术

LICHADE DANNISI CAOPANSHU

理查德·丹尼斯操盘法则

运气在交易中起多少作用？从长期来说，运气的作用是0，绝对是0。我不相信最终真的赚钱的人是因为一开始运气好。

交易有点像打球。如果你总是想着成功率，你就没有专注正确的击球方式。交易者的成功率就是钱。

遵守好的规则，不让恐惧、贪婪和希望干扰你的交易，这是很难做到的。你在逆流而上时，你逆反的就是人性。

优秀的交易者用尽心思地去开发他们的系统，然而在执行系统时必须傻乎乎地执行。你要运用不同的精神状态拼命地将系统做好，接着要麻木地执行系统。

我尽量避免让自己的情绪受到影响。为这种事情而感到心神不宁，既不值得，也无帮助。在操作决策时，必须尽量避免掺杂个人的情感在里面。

你要有交易的策略，知道它的原理，并跟随它。

在期货行业之内，可以没有底线，真正最低的价位为零，没有人可以长期与市场趋势对抗。

要在投资市场争一日长短，仍以顺势买卖为上。

假如逆市买卖，在欠缺严密的资金管理制度下随时可能因为一次意外而致命。

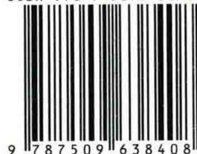
不可能发生的事，也要步步为营，最安全的时候，也是最危险的关头。在投资市场实战20多年，我领悟到了任何不可能发生的事情，或成为事实的概率极低的市场趋势，随时都有可能出现，因此，必须时刻提高警惕。

胜负不足以论英雄，我将会在逆境时提早脱离市场，但买卖方式、入市策略无需改变。

对于市场上的涨落，必须要有正确的观点，对胜败过于介意，表示对自己的信心不足，事实上，可以把一两次的挫折当作磨练自己的教训来看待。短期失利，如果过于关注，将会影响大局。

LICHADE DANNISI CAOPANSHU

ISBN 978-7-5096-3840-8



经济管理出版社网址：www.E-mp.com.cn

定价：38.00元